

Dyadisches Coping im ökologischen Kontext – Übersicht über den aktuellen Forschungsstand und drei empirische Studien

Abhandlung
zur Erlangung der Doktorwürde
der Philosophischen Fakultät
der
Universität Zürich

vorgelegt von
Simona Gagliardi
von Selzach/SO

Angenommen im Herbstsemester 2014
auf Antrag von Herrn Prof. Dr. Guy Bodenmann und
Herrn Prof. Dr. Markus Landolt

Zürich, 2014

Danksagung

An dieser Stelle möchte ich all jenen Personen meinen Dank aussprechen, die mich in verschiedenster Art und Weise bei meiner Dissertation unterstützt haben.

An erster Stelle möchte ich mich herzlich bei Herrn Prof. Dr. Guy Bodenmann für seine engagierte und wohlwollende Betreuung bedanken. Seine ausserordentliche theoretische und praktische Kompetenz in der Arbeit mit Paaren hat mich als Studentin beeindruckt und in mir die Begeisterung für die Thematik geweckt. Die Erfahrungen aus der lehrreichen Zeit an seinem Lehrstuhl begleiten und inspirieren mich in der alltäglichen therapeutischen Arbeit mit Eltern und Familien weiter.

Herrn Prof. Dr. Markus Landolt danke ich für die freundliche Übernahme des Zweitgutachtens.

Grossen Dank gebührt auch Frau Dr. med. Suzanne Erb, Chefärztin der Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienste St. Gallen, die meine Dissertationspläne stets unterstützt und durch ihr Entgegenkommen (z.B. die Möglichkeit mein Arbeitspensum zu reduzieren) die Fertigstellung dieser Arbeit ermöglicht hat.

Ein Dankeschön gilt Frau Prof. Dr. Nina Heinrichs, Frau Prof. Dr. Raffaella Iafrate, Frau Dr. Anna Bertoni und Frau lic. phil. Monika Bregy für die anregende Zusammenarbeit sowie für die Rekrutierung der deutschen, italienischen und thailändisch-schweizerischen Paare.

Herrn Prof. Dr. Fridtjof Nussbeck möchte ich für die kompetente Hilfe bei statistischen Fragen sowie seine freundliche und humorvolle Art herzlich danken.

Ein herzlicher Dank geht an meine ehemalige Arbeitskollegin Simone Gmelch und an meinen ehemaligen Arbeitskollegen Marcel Schär Gmelch für die anregenden Gespräche und den kreativen Austausch sowohl im theoretischen Bereich als auch in der praktischen Arbeit mit den Paaren. Für die daraus entstandene Freundschaft und für die emotionale sowie instrumentelle (z.B. das Korrekturlesen) Unterstützung bin ich sehr dankbar.

Ein grosser Dank gilt meinen Freundinnen Isabelle Durrer und Katja Gmünder, die besonders in schwierigen Zeiten an meiner Seite gestanden sind und mir mit ihren Aufmunterungen, ihrer

Zuversicht, ihrer Hilfsbereitschaft (z.B. beim Korrekturlesen) und den wertvollen Denkanstössen geholfen haben, diese Arbeit fertigzustellen.

Des Weiteren möchte ich mich bei meinem alten Schulfreund Michele Bernasconi und meiner Mitbewohnerin Chiara Sannitz für das offene Ohr und für die technische Unterstützung bei der Erstellung von Grafiken bedanken.

Ich möchte allen meinen anderen lieben Freundinnen und Freunden danken, die immer für mich da waren.

Ein besonderer Dank gilt meinen Eltern Johanna und Emanuele Gagliardi, die mich ständig unterstützt haben. Herzlich danken möchte ich zudem meinem Bruder Michel Gagliardi und seiner Freundin Karla Lindenmayr für das Interesse an der Thematik und das Korrekturlesen des Manuskripts.

Schliesslich danke ich selbstverständlich auch all den Paaren, die bereit waren an den Studien teilzunehmen und somit diese Arbeit erst ermöglicht haben.

Inhaltsverzeichnis¹

1. Einführung in die Thematik.....	1
1.1 Aufbau der Arbeit.....	2
1.2 Das stresstheoretische Scheidungsmodell nach Bodenmann.....	3
1.3 Dyadisches Coping.....	5
1.3.1 Positives dyadisches Coping	7
1.3.2 Negatives dyadisches Coping.....	9
1.3.3 Funktionen und Bedeutung des dyadischen Copings	10
1.4 Das Modell der Ökologie menschlicher Entwicklung nach Bronfenbrenner	13
2. Dyadisches Coping im Modell der Ökologie menschlicher Entwicklung.....	15
3. Dyadisches Coping und Bindung	17
3.1 Bindung	17
3.1.1 Bowlbys ethnologisch-evolutionäre Bindungstheorie	17
3.1.2 Unterschiedliche Muster im Bindungsverhalten.....	18
3.2 Bindung und Partnerschaft	20
3.2.1 Die Erfassung von Bindung in Partnerschaften.....	21
3.2.2 Die Erweiterung des Drei-Typen Modells von Hazan und Shaver	22
3.2.3 Die dimensionale Betrachtung von Bindung	23
3.3 Bindung und Stressbewältigung	24
3.4 Eigener Artikel zum Thema dyadisches Coping und Bindung.....	27
4. Dyadisches Coping und Liebesstile.....	28
4.1 Konzepte der Liebe.....	28
4.1.1 Rubins „Love“- und „Liking“-Skalen	28
4.1.2 Die trianguläre Theorie der Liebe von Sternberg	29
4.1.3 Die Liebesstile nach Lee.....	31
4.2 Liebesstile, Partnerschaft und Stressbewältigung.....	34
4.3 Eigener Artikel zum Thema dyadisches Coping und Liebesstile	35
5. Dyadisches Coping und Kultur.....	59
5.1 Kultur.....	59
5.2 Kultur und Partnerschaft.....	60
5.2.1 Begriffsklärung binationale Paare	60
5.2.2 Forschung über binationale Paare.....	61
5.3 Kultur und Stressbewältigung	64
5.3.1 Stressbewältigung in kollektivistisch orientierten Gesellschaften.....	65

¹ Die im Juli 2014 vorgelegte Dissertationsschrift, deren Umfang 111 Seiten umfasste, enthielt drei Manuskripte. Aus urheberrechtlichen Gründen werden in der vorliegenden Arbeit von zwei Manuskripten nur die Abstracts wiedergegeben.

5.3.2	Kultur und Suche nach sozialer Unterstützung	65
5.3.3	Kultur, Stressbewältigung und Partnerschaft	67
5.4	Eigener Artikel zum Thema dyadisches Coping und Kultur	68
6.	Diskussion	69
6.1	Dyadisches Coping im Mikrosystem.....	70
6.2	Dyadisches Coping im Mesosystem.....	71
6.3	Dyadisches Coping im Exosystem	71
6.4	Dyadisches Coping im Makrosystem	72
6.5	Fazit und Ausblick.....	73
	Literaturverzeichnis.....	75
	Abbildungsverzeichnis	90
	Tabellenverzeichnis.....	91
	Anhang	92
	Curriculum vitae.....	92
	Persönliche Daten.....	92
	Beruflicher Werdegang.....	92

1. Einführung in die Thematik

Die Scheidungshäufigkeit in der Schweiz hat sich in den letzten 40 Jahren mehr als verdoppelt: Im Jahr 1970 lag die Scheidungsrate noch bei 15%, heute erreicht sie 41.3% (Bundesamt für Statistik, 2013). Sie wird unter der Voraussetzung von gleichbleibendem Scheidungsverhalten berechnet. Das heisst, dass sich 41 von 100 Ehepaaren scheiden lassen werden, wenn sich das heutige Scheidungsverhalten nicht ändert. Auch ist ein Anstieg der Scheidungen nach einer längeren Ehedauer festzustellen: 1970 waren 3% der Paare, die sich scheiden liessen, seit über 30 Jahren verheiratet, im Jahr 2012 waren es 8.1%. Eine ähnliche Entwicklung zeigt sich in anderen westlichen Industrieländern. Diese weisen ebenfalls eine Scheidungsrate von 40-50% auf (Bodenmann, 2013). Ehescheidung gehört zu den am meisten belastenden kritischen Lebensereignissen und zeichnet sich durch eine hohe Intensität und Destabilisierung der Betroffenen aus.

Dieser hohen Instabilität von Paarbeziehungen stehen Wünsche und Erwartungen bezüglich einer festen Partnerschaft gegenüber. In Umfragen zur Lebenszufriedenheit werden Liebe, Partnerschaft und Familie als zentrale Faktoren des Wohlbefindens an erster Stelle genannt (Hahlweg & Bodenmann, 2003) und eine stabile Beziehung, stellt für die meisten Menschen eines der wichtigsten Ziele im Leben dar (Wiese, Freund & Baltes 2000). Natürlich spielt die Qualität einer Paarbeziehung eine zentrale Rolle. Während eine glückliche Partnerschaft einen positiven Effekt auf die Gesundheit hat (z.B. durch gegenseitige Fürsorge, schnelleres Reagieren bei gesundheitlichen Problemen, grösseres soziales Netzwerk) (Monin & Clark, 2011), wirken sich Langzeitpartnerschaften mit niedriger Partnerschaftsqualität negativ auf das allgemeine Befinden aus (Hawkins & Booth, 2005). Whisman (1999) zeigte in einer Untersuchung mit 2538 Teilnehmenden, dass bei Paaren mit Beziehungsproblemen das Risiko an einer psychischen Störung wie einer Abhängigkeitserkrankung, einer affektiven Störung oder einer Angststörung zu erkranken, um das Zwei- bis Dreifache erhöht ist.

Neben den Partnern leiden auch Kinder unter der unglücklichen Partnerschaft ihrer Eltern, v.a. wenn sie häufig destruktiven Paarkonflikten ausgesetzt sind (Cummings & Davies, 2010). Solche Kinder weisen ein höheres Risiko auf, internalisierende und externalisierende Störungen zu entwickeln, haben mehr Schwierigkeiten in sozialen Beziehungen und schlechteren schulischen Erfolg.

Aufgrund dieser Befunde wird deutlich, dass es eine wichtige Aufgabe der Klinischen Psychologie ist zu erforschen, was zur Aufrechterhaltung einer zufriedenen Paarbeziehung beiträgt. Bodenmann (2000a) hat dabei eine zentrale Kompetenz identifiziert, das dyadische Coping; sprich die Fähigkeit beider Partner, Stressbewältigungsressourcen innerhalb des Paares synergetisch zu nutzen. Gibt es Paare, die konstruktiver mit Stress umgehen können als andere? Falls ja, mit welchen Faktoren steht diese Fähigkeit in Zusammenhang? Auf der Basis des Modells der Ökologie menschlicher Entwicklung (Bronfenbrenner, 1981), das die individuelle Entwicklung in den Kontext sozialer Umwelten stellt, wird die gemeinsame Stressbewältigung in Zusammenhang mit drei möglichen Einflussfaktoren untersucht: Bindung, Liebesstile und Kultur.

Ziel dieser Arbeit ist es, Antworten auf die vorherigen Fragen zu geben und die gemeinsame Stressbewältigung in unterschiedlichen Handlungsräumen zu beleuchten. Solches empirisches Wissen ist unentbehrlich, um effektive und gezielte Interventionen zur Unterstützung von Paaren sowohl im präventiven als auch im therapeutischen Bereich zu entwickeln. Durch diese Interventionen kann ein entscheidender Beitrag zur Gesundheitsförderung von Erwachsenen und Kindern geleistet werden.

1.1 Aufbau der Arbeit

Im ersten Kapitel erfolgt eine theoretische Einführung ins stresstheoretische Scheidungsmodell von Bodenmann (2013) sowie in sein Konzept des dyadischen Copings (Abschnitt 1.2 und 1.3). Im Abschnitt 1.4 wird das Modell der Ökologie menschlicher Entwicklung (Bronfenbrenner, 1981) vorgestellt. Im Kapitel 2 erfolgt die Integration des dyadischen Copings ins Modell der Ökologie menschlicher Entwicklung. Anschliessend werden exemplarisch aus dem Mikrosystem die *Bindung* (Kapitel 3) und die *Liebesstile* (Kapitel 4) sowie aus dem Makrosystem die *Kultur* (Kapitel 5) in Zusammenhang mit dem dyadischen Coping untersucht.

Die Kapitel 3 bis 5 sind jeweils wie folgt strukturiert: Nach einer kurzen Einführung in die jeweiligen Bereiche folgt eine Übersicht zum aktuellen Forschungsstand in Zusammenhang mit der Partnerschaft sowie mit der Stressbewältigung und abschliessend je eine eigene Studie zum jeweiligen Bereich. Die Arbeit wird mit einer Diskussion (Kapitel 6), in der die zentralen Inhalte sowie die empirischen Befunde der verschiedenen Untersuchungen resümiert und analysiert werden, abgeschlossen.

1.2 Das stresstheoretische Scheidungsmodell nach Bodenmann

Bis Anfang der neunziger Jahre wurden Stress und Coping fast ausschliesslich individuumzentriert betrachtet. Eine Erweiterung auf andere Systeme wie etwa Partnerschaften und Familien erfolgte erst in den letzten zwanzig Jahren (z.B. Berg, Meegan & Deviney, 1998; Bodenmann, 1995a, 1997, 2000a; Bodenmann, Pihet & Kayser, 2006; Coyne & Smith, 1991, 1994; Cutrona, 1996; DeLongis & O'Brien, 1990; Kayser, Sormanti & Strainchamps, 1999).

In der individualtheoretischen transaktionalen Stresstheorie von Lazarus und Folkman (1984) bzw. im systemisch-transaktionalen Stressmodell von Bodenmann (1995a, 1997, 2000a) spielen bei der Stressentstehung zwei Formen der kognitiven Bewertung eine wichtige Rolle. Die erste Bewertung („primary appraisal“), bei der die Person bzw. das Paar die Bedeutung einer Situation oder eines Ereignisses für das eigene Wohlbefinden einschätzt und die zweite Bewertung („secondary appraisal“), bei der die Person bzw. das Paar die vorhandenen Bewältigungsmöglichkeiten beurteilt. Stress entsteht dann, wenn die Person bzw. das Paar in der ersten Bewertung eine Situation oder ein Ereignis als Schädigung, Verlust, Bedrohung oder Herausforderung einschätzt und die äusseren und inneren Anforderungen in der zweiten Bewertung als die eigenen oder sozialen Ressourcen beanspruchend oder übersteigend einschätzt (Bodenmann, 2013; Lazarus & Launier, 1981). Es resultiert daraus ein komplexes, kontinuierliches Wechselspiel zwischen dem Ereignis, der primären und sekundären Einschätzung, der Reevaluation der Situation („reappraisal“) sowie dem emotionalen, sozialen, physischen und physiologischen Prozess.

Studien, die sowohl in Europa als auch in den USA durchgeführt wurden (Bodenmann et al., 2006; Bodenmann & Randall, 2012; Cutrona & Gardner, 2006; Story & Bradbury, 2004), zeigen durchgehend, dass Stress einen destruktiven Einfluss auf die Partnerschaftsqualität und -stabilität hat (für eine Übersicht siehe Randall & Bodenmann, 2009).

Vor allem paarexterner chronischer Alltagstress gefährdet die Partnerschaft. Auch Stress, der anfänglich nichts mit der Partnerschaft zu tun hat (z.B. Unstimmigkeiten im Beruf, mit Freunden, Verlust des Handys) und individuell mangelhaft bewältigt wurde, kann auf die Partnerschaft überschwapen und so zu paarinternem Stress werden. Alltagsstress hat sowohl einen direkten als auch einen indirekten negativen Einfluss auf die Partnerschaftsqualität, indem er das psychische und physische Wohlbefinden des Einzelnen beeinträchtigt sowie paarinterne Spannungen erhöht (Falconier, Nussbeck, Bodenmann, Schneider & Bradbury, 2014).

Bodenmann (2013) hat ein stresstheoretisches Scheidungsmodell entwickelt (siehe Abbildung 1), das postuliert, dass äusserer Stress die Partnerschaftsqualität über vier Mechanismen unterhöhlt: (a)

weniger gemeinsame Zeit, (b) Abnahme der Qualität der Kommunikation, (c) Erhöhung des Risikos von somatischen sowie psychischen Störungen und (d) Freilegung problematischer Persönlichkeitszüge. Über diese vier Mechanismen führt chronischer Alltagsstress längerfristig zur Entfremdung zwischen den Partnern und zu Enttäuschung bezüglich des Partners und der Beziehung. Diese Gefühle werden verstärkt durch die stress- und konfliktbedingte seltenere sexuelle Aktivität und durch ungünstige (internale, stabile, globale) Attributionen auf den Partner. In diesem Zustand der Unzufriedenheit reicht ein Auslöser (z.B. Kennenlernen eines neuen Partners, Auszug der Kinder), um die Partnerschaft in eine Krise zu stürzen. Die Entscheidung, ob man in der aktuellen Partnerschaft bleiben oder sich trennen will, erfolgt oft erst nach der persönlichen Bilanzierung von Kosten/Nutzen und Alternativen/Barrieren (z.B. wie viel hat man in die Beziehung investiert, sind Kinder vorhanden, wie ist die finanzielle Lage?).

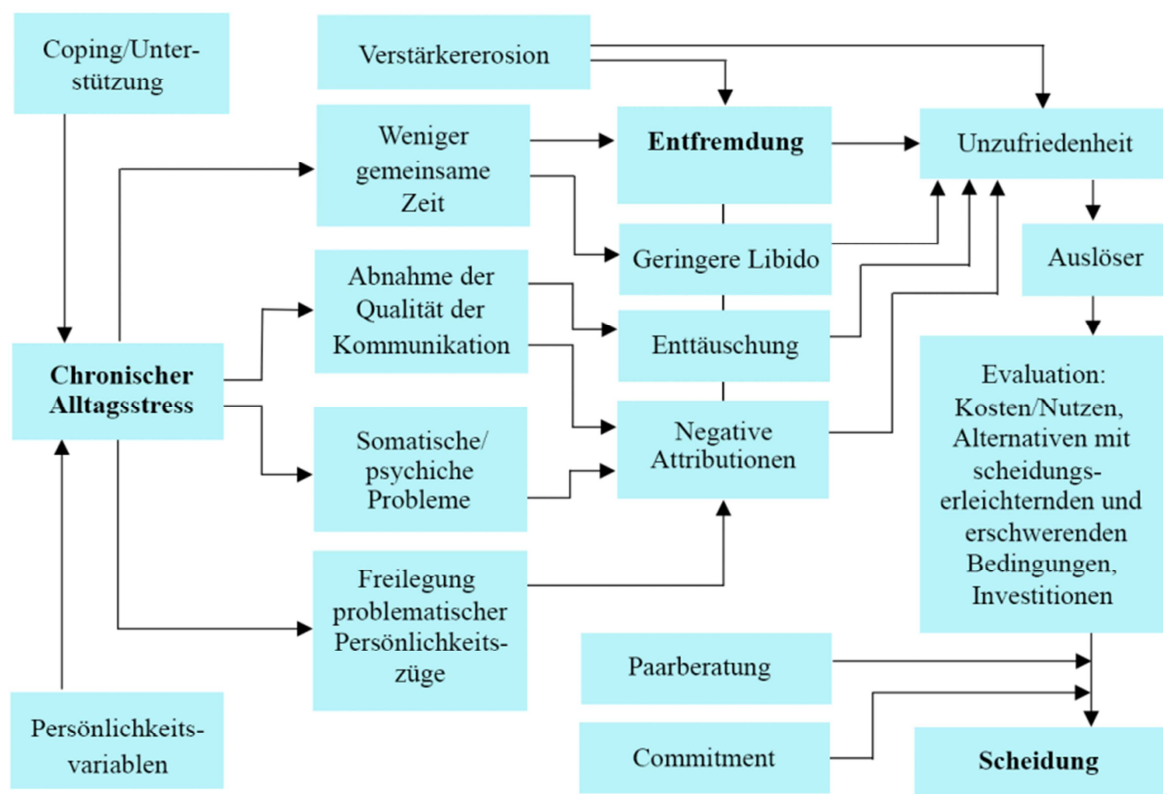


Abbildung 1: Das stresstheoretische Scheidungsmodell nach Bodenmann (2013, S. 181)

1.3 Dyadisches Coping

In der heutigen Gesellschaft, gekennzeichnet durch wachsende ökonomische Unsicherheit, soziale und gesellschaftliche Veränderungen, den beschleunigten Arbeits- und Lebensrhythmus sowie die hohe Mobilität, sind Paare ständig mit neuen Herausforderungen konfrontiert (Bodenmann, 2013). Paare, die zwar häufig Stress ausgesetzt sind, jedoch über günstige individuelle und dyadische Copingkompetenzen verfügen, können im Gegensatz zu Paaren, die diese Kompetenzen nicht haben, die stressbedingte Abnahme der Partnerschaftsqualität weitgehend abpuffern (Bodenmann et al., 2006). Zudem kann dyadisches Coping den Zusammenhang zwischen Stress und verbaler Aggression, der vor allem bei tendenziell ärgerlichen Personen besteht, abschwächen (Bodenmann, Meuwly, Bradbury, Gmelch & Ledermann, 2010).

Bodenmann (1995b, S. 63) definiert dyadisches Coping wie folgt: „Unter dyadischem Coping verstehen wir die Bemühungen eines Partners oder beider Partner, bei individuellen Belastungen des einen Partners (indirekt dyadischer Stress für den anderen) bzw. bei direkt dyadischem Stress bei der Stressbewältigung mitzuwirken und durch gezielte Bewältigungshandlungen eine neue Homöostase des vom Stress primär Betroffenen, des Gesamtsystems bzw. der Beziehung zwischen dem Paar und seiner Aussenwelt herbeizuführen.“

Im Rahmen dieses systemischen Prozesses (siehe Abbildung 2) werden Stresssignale des einen Partners vom anderen Partner wahrgenommen, interpretiert sowie dekodiert und es folgt eine Antwortreaktion (verbale versus nonverbale Copingreaktion: Der Partner kann etwas unternehmen oder die Stressäußerung ignorieren).

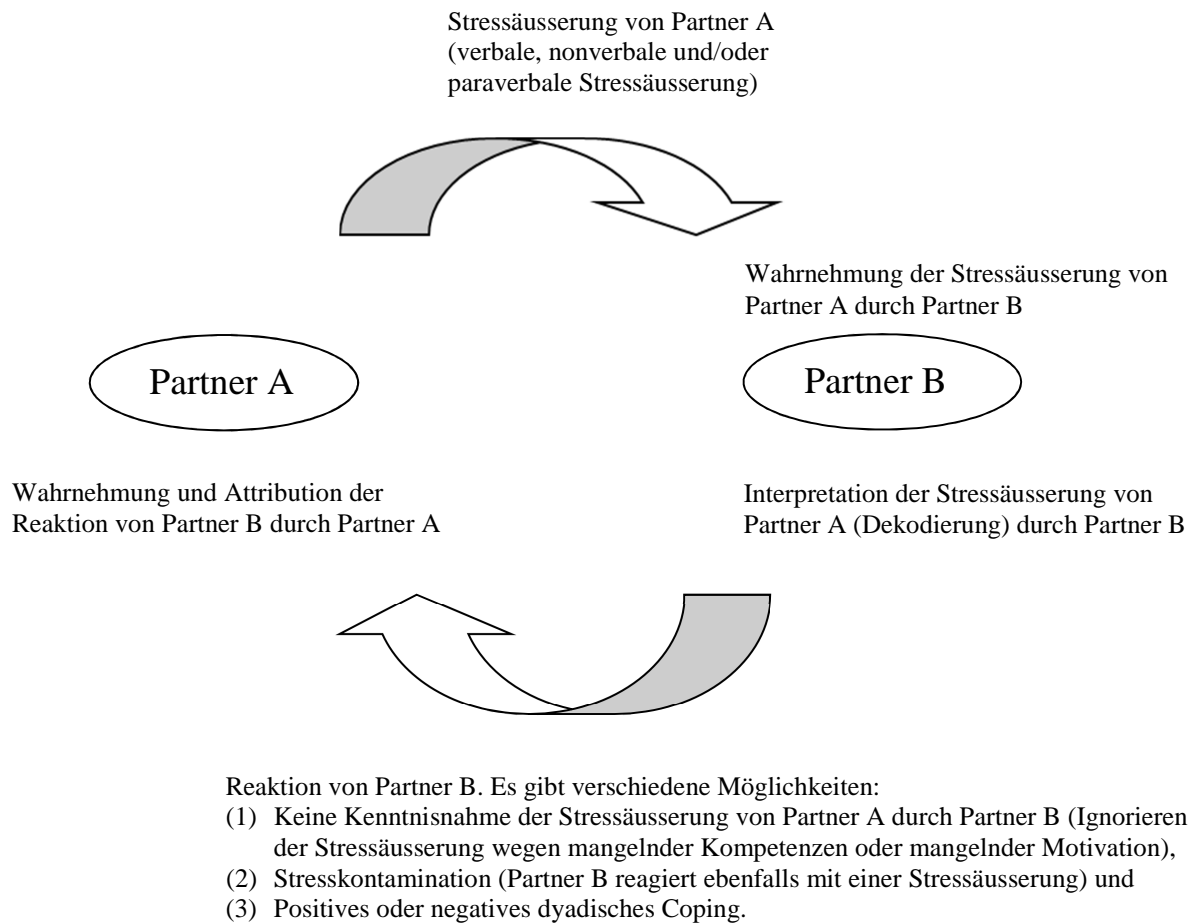


Abbildung 2: *Interaktion zwischen Stressäußerung eines Partners und dyadischem Coping des anderen (nach Bodenmann, 2005, S. 37; übersetzt durch die Verfasserin)*

Im Bereich der Partnerschaft können drei Formen von Coping unterschieden werden: (a) individuelles Coping, (b) dyadisches Coping und (c) die Suche nach sozialer Unterstützung (z.B. Familie, Freunde, Verwandte und professionelle Hilfe). Dyadisches Coping kann sowohl positive als auch negative Formen aufweisen (siehe Abbildung 3).

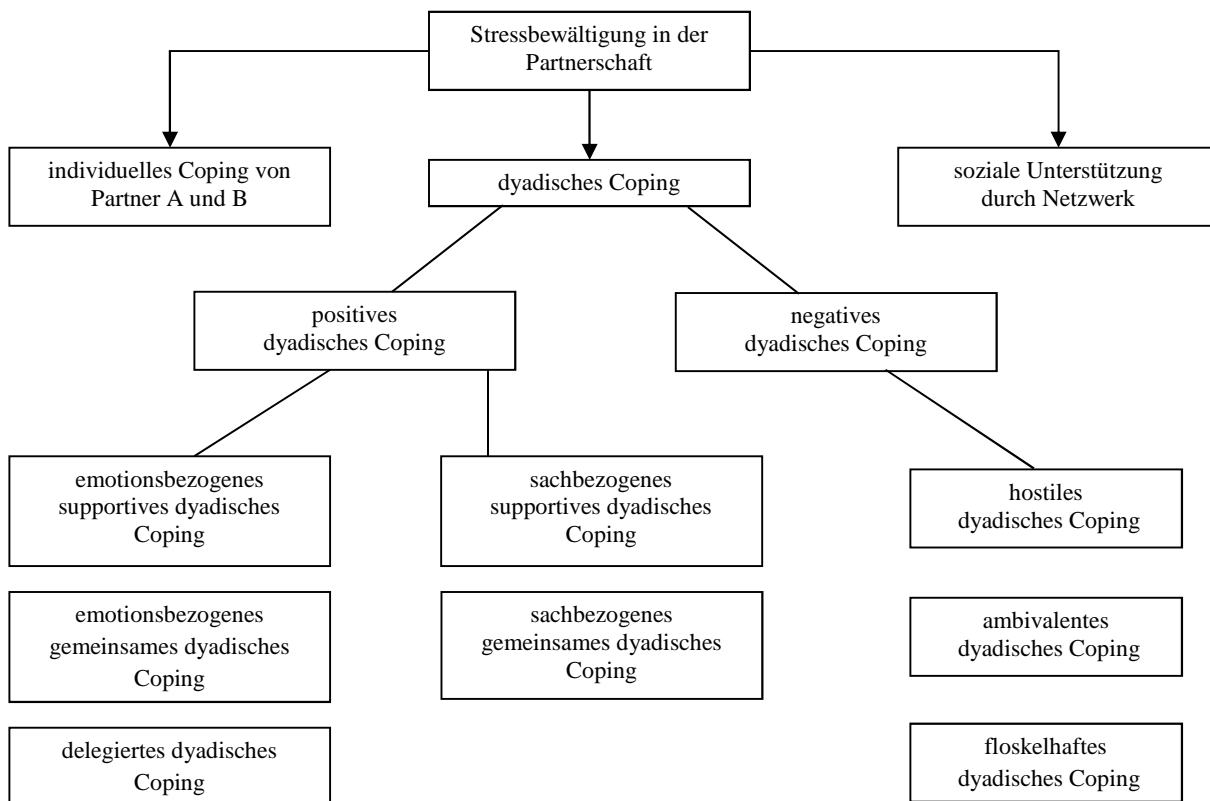


Abbildung 3: Formen der Stressbewältigung in der Partnerschaft (nach Bodenmann, 2000a, S. 55)

Auf die einzelnen Formen des positiven und negativen dyadischen Copings wird in den folgenden Abschnitten genauer eingegangen.

1.3.1 Positives dyadisches Coping

Positive Formen des dyadischen Copings beinhalten *supportives* (unterstützendes), *gemeinsames* und *delegiertes dyadisches Coping*. *Supportives* und *gemeinsames dyadisches Coping* können entweder sach- oder emotionsbezogen sein. Man spricht von *supportivem dyadischem Coping*, wenn ein Partner den anderen sach- und emotionsbezogen unterstützt, ohne dass diesem die Bewältigungsarbeit ganz abgenommen wird (siehe Tabelle 1). Voraussetzung dafür ist die Fähigkeit, Belastungen beim Partner treffend wahrzunehmen (Bodenmann, 1995b).

Tabelle 1: Formen des supportiven dyadischen Copings (aus Bodenmann, 2000a)

emotionsbezogen	sachbezogen
<ul style="list-style-type: none"> • Wertschätzung, Verständnis • Interesse für Stress des Partners • Mithilfe zur Umbewertung einer Situation • Mithilfe zur Gefühlsberuhigung • Solidarisierung mit dem Partner • Glaube an den Partner und seine Fähigkeiten und Kompetenzen • dem Partner Mut machen • zärtliche Umarmungen und Körperkontakt • Massagen und Entspannungsrituale • Akzeptanz von Freiräumen des Partners und dessen Bedürfnis nach Ruhe und eigener Regeneration 	<ul style="list-style-type: none"> • Ratschläge • Mithilfe bei der Ausführung von Tätigkeiten und Aufgaben • Informationsweitergabe • Mithilfe bei der Analyse von Problemen • Ermöglichung von Freiräumen für den Partner (z.B. durch externe Kinderbetreuung) • Entlastung des Partners (z.B. durch Anstellung einer Haushaltshilfe) • Materielle Unterstützung

Gemäss Bodenmann (2000a) tritt *supportives dyadisches Coping* vor allem in Situationen auf, in denen (1) der unterstützende Partner über bessere Bewältigungsressourcen verfügt (aktuell oder situationsübergreifend), (2) der Stress vor allem den Hilfsbedürftigen betrifft, (3) eine externe Verursachung des Stresses vorliegt oder wenn trotz Verschulden durch den Partner die Motivation des anderen zum dyadischen Coping hoch genug ist und (4) der unterstützungsbedürftige Partner offen gegenüber dem supportiven dyadischen Coping des anderen ist.

Beim *supportiven dyadischen Coping* handelt es sich laut Bodenmann (1995b) nicht um ein a priori altruistisches Verhalten: Es zielt auf die Homöostaseregulation des Paares ab und beide Partner haben ein Interesse am optimalen Funktionieren der Partnerschaft, das auf dem Wohlergehen beider Partner beruht. Basierend auf diesem Hintergrund dienen Beiträge zu dyadischem Coping neben der Unterstützung des Partners auch der eigenen Regulation.

Gemeinsames dyadisches Coping umfasst, so Bodenmann (1995b), Belastungsbewältigungshandlungen, die aufgrund dyadenrelevanter Ziele von beiden Partnern zusammen unternommen werden. Die Partner sind in der Regel symmetrisch in den Copingprozess involviert und tragen durch gleiche oder komplementäre Bewältigungsversuche zum Copingprozess bei. Während beim *supportiven dyadischen Coping* ein Partner dem anderen beim Umgang mit Stress hilft, erleben beim *gemeinsamen dyadischen Coping* beide Partner Stress und versuchen die Situation zu meistern, indem sie ihre Bemühungen und Kräfte vereinen (Bodenmann, 2005). Sie setzen Strategien ein, die darauf abzielen, das Problem zusammen zu lösen oder die emotionale Erregung beider abzuschwächen (siehe Tabelle 2).

Tabelle 2: Formen des gemeinsamen dyadischen Copings (aus Bodenmann, 2000a)

emotionsbezogen	sachbezogen
<ul style="list-style-type: none"> • gegenseitige Solidarisierung • gemeinsame Entspannungsübungen • gemeinsame religiöse Aktivitäten • gemeinsame sportliche Aktivitäten • dyadische Rituale zur Entspannung und Beruhigung 	<ul style="list-style-type: none"> • gemeinsame Lösungsdiskussionen • gleichmässige Aufteilung einer Tätigkeit auf beide Partner • gemeinsame Informationsbeschaffung • gemeinsame Planung von Handlungsabläufen • koordinierte Problemlösung

Als Bedingungen zur Funktionalität von *gemeinsamem dyadischem Coping* führt Bodenmann (2000a) austausch- und equitytheoretische Aspekte auf: Es sollte über die Zeit ein Gleichgewicht im Beitrag beider Partner gewährleistet sein, wie auch die Freiwilligkeit der Copingbeiträge und die Beachtung der Bedürfnisse und Ziele beider Partner. Als weitere wichtige Voraussetzung für *gemeinsames dyadisches Coping* nennt der Autor neben gemeinsamen Einschätzungen der Situation und Zielen des Stressbewältigungsprozesses auch die Bereitschaft zu Kompromissen.

Delegiertes dyadisches Coping erfolgt, wenn ein Partner dem anderen in Stresssituationen Tätigkeiten oder Aufgaben (z.B. Kinderbetreuung, Einkaufen gehen) zur Bewältigung abgibt. Anders als beim *supportiven dyadischen Coping*, wird hier der Partner explizit um Unterstützung gebeten und übernimmt als Folge die gesamte Handlung. Die Delegation des Copings tritt in der Regel nur bei sachbezogenen Stressoren auf und zielt auf die Reduktion des Stresses vom Partner ab (Bodenmann, 1995b, 2000a, 2005).

1.3.2 Negatives dyadisches Coping

Negatives dyadisches Coping besteht aus *hostilem*, *ambivalentem* und *floskelhaftem* dyadischen Coping. *Hostiles dyadisches Coping* beinhaltet direkt feindselige Äusserungen auf Stresssignale des Partners, d.h. der Partner reagiert zwar auf die Stressäusserungen des anderen, jedoch mit herabsetzenden, kritischen, sarkastischen Bemerkungen oder distanzierterm Körperkontakt. Der Partner kann dabei offen kritisiert, subtil lächerlich gemacht oder sein Stress kann im Vergleich zum eigenen minimiert werden (Bodenmann, 2000a). Zusätzlich kann beim *hostilen dyadischen Coping* ein deutliches Desinteresse seitens des unterstützenden Partners spürbar sein (beispielsweise Gähnen, wenn der Partner von seinem Stresserlebnis erzählt), kritische Bemerkungen können nebenbei ausgedrückt werden oder die Unterstützung kann paraverbal oder nonverbal negativ erfolgen.

Im Gegensatz zum *hostilen dyadischen Coping*, in dem eine direkte, offensichtliche Negativität sichtbar ist, ist *ambivalentes dyadisches Coping* für den Partner oft schwer erkennbar, da es sich eher in subtilen, vorwiegend paraverbalen und nonverbalen Anzeichen äussert (der Partner reagiert verlangsamt, scheint abwesend, in Gedanken versunken). Beim *ambivalenten dyadischen Coping* unterstützt der eine Partner den anderen, gleichzeitig erlebt er aber seinen Beitrag als unnötig bzw. belastend oder wünscht sich, dass der Partner diese Hilfe nicht brauchen würde. Laut Bodenmann (2000a) kann *ambivalentes dyadisches Coping* als Folge einer über längere Zeit vorliegenden Einseitigkeit im *supportiven dyadischen Coping* erfolgen, die ein Gefühl des Ausgenutztwerdens oder des Zukurzkommens beim unterstützenden Partner hervorruft und die Motivation zu dyadischem Coping erschöpfen kann.

Die letzte Form des negativen dyadischen Copings ist das *floskelhafte dyadische Coping*. Darunter werden Verhaltensweisen subsumiert, die äusserlich als dyadische Bewältigungsbemühungen gewertet werden können, jedoch unengagiert erfolgen (etwa den Partner in die Arme nehmen und in Gedanken anderswo sein). Diese Unterstützungsform charakterisiert sich durch eine gewisse Abwesenheit: Der Partner kann durchaus neutral sein und keine negativen Gefühle bei der Ausübung von dyadischem Coping haben, ist jedoch nicht in der Lage (aufgrund beispielsweise eigener Belastung, Zerstreuung, Müdigkeit) qualitativ befriedigendes dyadisches Coping zu leisten. *Floskelhaftes dyadisches Coping* stellt eine negative Form des dyadischen Copings dar, da es vom hilfsbedürftigen Partner in der Regel abfällig erlebt wird, weil er/sie sich nicht ernst genommen und verstanden fühlt. Sogar *floskelhaftes supportives dyadisches Coping* mit verbal positivem Inhalt kann vom unterstützungsbedürftigen Partner ungünstig erlebt werden, da diese Apathie und Leere auf der non- oder paraverbalen Ebene nicht maskiert werden kann (Bodenmann, 2000a).

1.3.3 Funktionen und Bedeutung des dyadischen Copings

Gemäss Bodenmann (2000a) können zwei Hauptfunktionen des dyadischen Copings unterschieden werden (siehe Abbildung 4):

- (1) Eine Stressreduktionsfunktion: Da beim dyadischen Coping gemeinsame Kräfte genutzt werden oder Unterstützung erhalten wird, kann individueller oder dyadischer Stress wirksamer bewältigt werden. Dadurch wird das Stresspotential, dem das Paar ausgesetzt ist, reduziert, woraus ein besseres psychisches und physisches Befinden, eine höhere Leistungsfähigkeit und eine generell

höhere Zufriedenheit bei beiden Partnern resultieren. Darüber hinaus trägt dyadisches Coping auch zur Emotionsregulation, Problemlösung und sozialen Regulation bei.

(2) Eine Kohäsionsfunktion: Das „Wir-Gefühl“ des Paares wird dadurch gestärkt, dass eine kognitive Repräsentation des Partners als zuverlässige, hilfsbereite, emotional verfügbare Person gebildet wird. Die Paarbeziehung wird somit zum Ort der Geborgenheit und Sicherheit und allein die Erwartung, dass der Partner, falls notwendig, zur Verfügung steht, kann den Bewältigungsprozess positiv beeinflussen.

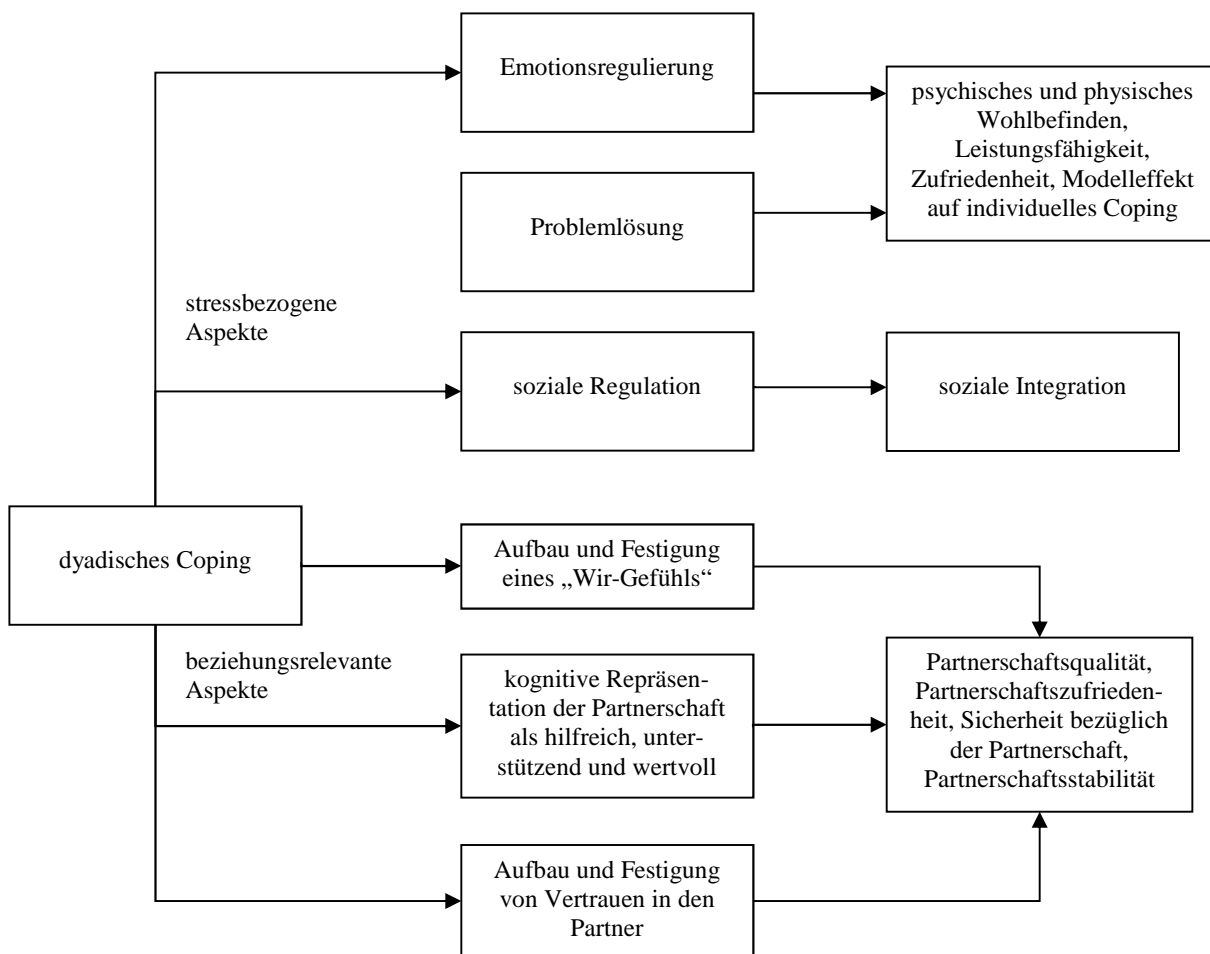


Abbildung 4: Funktionen und Effekte des dyadischen Copings (nach Bodenmann, 2000a, S. 81)

Dyadisches Coping zählt zu den wichtigsten Prädiktoren für die Partnerschaftsqualität und -stabilität. Verschiedene Studien zeigen, dass dyadisches Coping mit höherer Beziehungszufriedenheit (Bodenmann, 2000a; Herzberg, 2013; Landis, Peter-Wight, Martin & Bodenmann, 2013; Papp & Witt, 2010), besserem psychischem Befinden der Partner (Bodenmann, Meuwly & Kayser, 2011; Bodenmann et al., 2006) sowie geringerer Scheidungswahrscheinlichkeit (Bodenmann & Cina,

2006) einhergeht. Auch auf physiologischer Ebene konnte die Wirkung des dyadischen Copings nachgewiesen werden. In einer Studie von Meuwly und Mitautoren (Meuwly, Bodenmann, Germann, Bradbury, Ditzen & Heinrichs, 2012) wurde gezeigt, dass der Kortisolspiegel nach einer Stresserfahrung durch das *positive supportive dyadische Coping* des Partners günstig beeinflusst werden kann und rascher abnimmt, was auf eine schnellere Stresserholung hindeutet.

Damit das dyadische Coping funktional und für die Partnerschaft günstig ist, muss jedoch zwischen den Beiträgen der beiden Partner eine gewisse Ausgewogenheit, Fairness und Gerechtigkeit (Equity) bestehen (Bodenmann, 2012; Gmelch & Bodenmann, 2007).

Dyadisches Coping kann mit dem Fragebogen „Dyadisches Coping Inventar“ (DCI; Bodenmann, 2008) erfasst werden. Dabei schätzen beide Partner ihr eigenes dyadisches Copingverhalten (Selbsteinschätzung) wie auch das beim Partner wahrgenommene Verhalten (Partnerwahrnehmung) ein. Dieser Fragebogen ist inzwischen in verschiedene Sprachen übersetzt und validiert worden (Donato, Iafrate, Barni, Bertoni, Bodenmann & Gagliardi, 2009; Falconier, Nussbeck & Bodenmann, 2013; Ledermann, Bodenmann, Gagliardi, Charvoz, Verardi, Rossier, Bertoni & Iafrate, 2010; Vedes, Nussbeck, Bodenmann, Lind & Ferreira, 2013).

Mit dem Anliegen, Partnerschaftsproblemen vorzubeugen, bevor es zu einer schlimmeren Krise kommt, hat Bodenmann (2000b) das evidenzbasierte Präventionsprogramm *Paarlife* für Paare entwickelt. Dieses hat neben der Förderung der partnerschaftlichen Kommunikation und Problemlösung auch zum Ziel, das dyadische Coping der Paare zu verbessern. Die Wirksamkeit des Programms konnte in mehreren Studien nachgewiesen werden (z.B. Ledermann, Bodenmann & Cina, 2007). Neben einer Verbesserung der dyadischen Kompetenzen konnten ebenfalls eine Verbesserung des psychischen Befindens der Partner (Pihet, Bodenmann, Cina, Widmer & Shantinath, 2007) und weniger Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern (Bodenmann, Cina, Ledermann & Sanders, 2008) festgestellt werden.

Der Besuch von Präventionskursen wird jedoch durch verschiedene Hindernisse erschwert (z.B. Kosten, Zeit, Organisation). Um eine grössere Zahl an Paaren zu erreichen, wurde basierend auf denselben Inhalten des Präventionsprogramms eine interaktive DVD *Glücklich zu zweit trotz Alltagsstress* (Bodenmann, Schär & Gmelch, 2008) entwickelt.

Sind Paarprobleme chronisch geworden, ist das Aufsuchen von professioneller Hilfe, im Sinne einer Paartherapie, notwendig. Ein wissenschaftlich fundiertes Therapieverfahren stellt die bewältigungs-

orientierte Paartherapie dar (Bodenmann, 2012). Neben den Bestandteilen einer kognitiv-verhaltenstherapeutischen Paartherapie (Reziprozitätstraining, Kommunikations- und Problemlösetraining) setzt Bodenmann die Drei-Phasen-Methode (Trichtermethode) als Intervention zur partnerschaftlichen Bewältigung von Alltagsstress ein. Ziel dabei ist, die durch paarexternen Stress verursachten emotionalen Reaktionen eines oder beider Partner als Paar zu bewältigen. Nach einer Psychoedukation bezüglich der Bedeutung von paarexternem Stress, werden die Partner abwechselnd unter Mithilfe des Therapeuten dazu angeleitet, zuerst die Stresssituation zu explorieren, während der andere Partner empathisch zuhört. In der zweiten Phase soll der Zuhörer den gestressten Partner angemessen unterstützen. In der dritten Phase soll der Partner, der seine Stresssituation geschildert hat, dem anderen zurückmelden, wie die Unterstützung für ihn war. Dank dieser Methode soll die Intimität und Verbundenheit gefördert werden, indem ein besseres Verständnis für die Reaktionsweisen des Partners entsteht und somit die Grundlage für eine angemessene Unterstützung (dyadisches Coping) geschaffen wird. Die Wirksamkeit der bewältigungsorientierten Paartherapie wurde in einer randomisiert-kontrollierten Studie nachgewiesen (Bodenmann, Plancherel, Beach, Widmer, Gabriel, Meuwly, Charvoz, Hautzinger & Schramm, 2008). Im Rahmen einer 1,5-Jahres-Katamnesestudie untersuchten die Autoren 60 Paare mit einem Partner mit mittelschwerer bis schwerer Depression. Die bewältigungsorientierte Paartherapie war in der Reduktion der depressiven Symptome gleich wirksam wie die individuelle kognitive Verhaltenstherapie und die interpersonelle Therapie. Zudem führte sie zur höheren längerfristigen Verbesserungen mit weniger Rückfällen. Einzig die Paartherapie führte zu einem günstigeren Partnerschaftsklima (mit weniger „expressed emotion“). Bodenmann und Randall (2013) plädieren deswegen zu einer Konzipierung der psychischen Störungen als „we-disease“ und zu einer Involvierung beider Partner in die Behandlung.

1.4 Das Modell der Ökologie menschlicher Entwicklung nach Bronfenbrenner

In der ökologischen Entwicklungstheorie gelingt es Bronfenbrenner (1981) Zusammenhänge zu bestimmen, die das alltägliche Handeln und die Entwicklung individueller und kollektiver Akteure beeinflussen (Grundmann & Kunze, 2008). Nach seiner Auffassung befindet sich das Individuum in einem lebenslangen Sozialisationsprozess, in dessen Verlauf es sich an seine sozialen Umwelten anpasst und diese zugleich mitgestaltet (Grundmann, Fuss & Suckow, 2000). Entwicklung ist seiner Meinung nach umweltspezifisch, d.h. kulturspezifisch, schichtspezifisch, regionenspezifisch, etc.

(Flammer, 2003). Bronfenbrenner (1981) konzipiert ein Mehrebenenmodell, in dem die sozialen Umwelten als ein Komplex ineinander geschachtelter konzentrischer Kreise (ökologischer Systeme) verstanden werden, die direkt oder indirekt auf das Handeln von Individuen einwirken (siehe Abbildung 5).

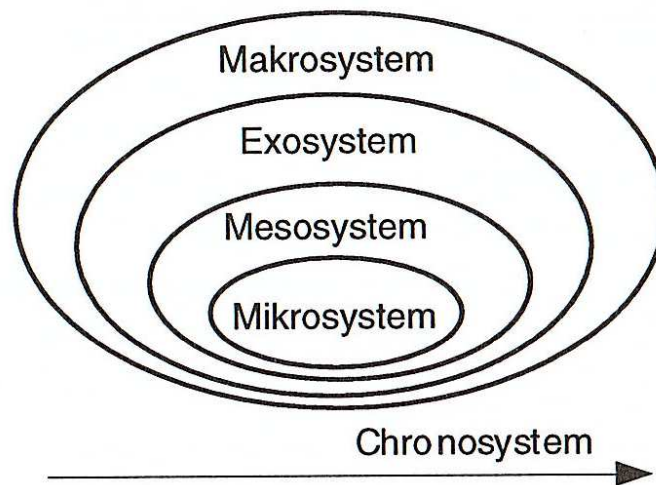


Abbildung 5: Verschachtelte Systeme als Entwicklungskontexte (Flammer, 2003, S. 205)

Er differenziert dabei das *Mikrosystem* (das die unmittelbaren, aktuellen Beziehungen des Individuums beinhaltet), das *Mesosystem* (das die Wechselbeziehungen zwischen umliegenden Mikrosystemen, in denen das Individuum selbst aktiv ist, umfasst), das *Exosystem* (das Lebensbereiche einschliesst, an denen das Individuum nicht selbst beteiligt ist, in denen aber Ereignisse stattfinden, die das Individuum beeinflussen), das *Makrosystem* (das den gesamten historischen Rahmen sowie die kulturellen Wertvorstellungen repräsentiert) und schliesslich das *Chronosystem* (das biografische Übergänge enthält).

Bronfenbrenners Auffassung ermöglicht beispielsweise, dass kindliche Schwierigkeiten nicht mehr nur am Kind isoliert betrachtet und begründet werden. Es findet ein Versuch statt, komplexe familiäre Bedingungen kindlicher Entwicklungsmöglichkeiten sowie komplexe gesellschaftliche Bedingungen mitzuberücksichtigen (Flammer, 2003).

Auch in der Forschung über Paare ist es wichtig ebenso biografische, gesellschaftliche, politische sowie kulturelle Faktoren und deren Wechselbeziehungen zu beachten.

2. Dyadisches Coping im Modell der Ökologie menschlicher Entwicklung

Beim dyadischen Coping kann man in Anlehnung an Bronfenbrenner (1981) davon ausgehen, dass dieses ebenfalls durch unterschiedliche Systeme beeinflusst wird. Im Zentrum des Mehrebenenmodells (siehe Abbildung 6) steht das Mikrosystem (z.B. Herkunftsfamilie, Partnerschaft, Freunde). Dieses befindet sich in Wechselbeziehung mit dem Mesosystem, das beispielsweise aus dem Arbeitsumfeld und der Nachbarschaft besteht. Sowohl das Mikro- als auch das Mesosystem können durch soziale Interaktionen direkt durch die beteiligten Individuen beeinflusst und gestaltet werden. Dagegen entziehen sich Faktoren des Exo- (z.B. Massenmedien, Religion) und Makrosystems (z.B. Kultur, historischer Kontext, Umweltbedingungen) der individuellen Gestaltungsebene, aber beeinflussen diese massgeblich.

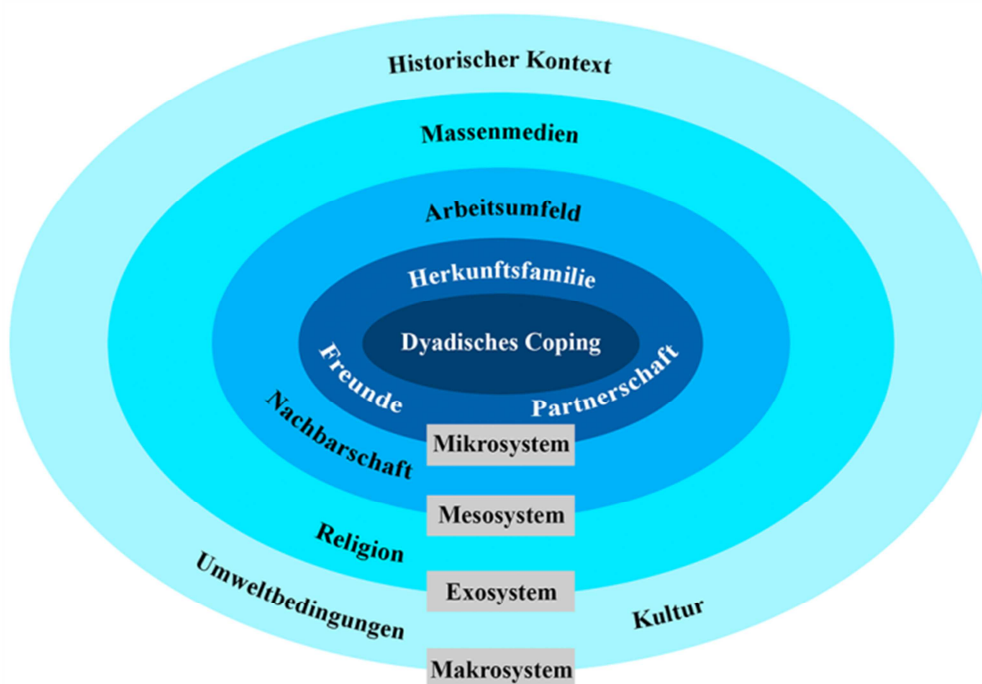


Abbildung 6: Dyadisches Coping im ökologischen Kontext (eigene Darstellung)

In dieser Arbeit wird die gemeinsame Stressbewältigung in Zusammenhang mit unterschiedlichen Faktoren beleuchtet. Exemplarisch werden aus dem *Mikrosystem* die Bindung der Partner sowie die Liebesstile gewählt und aus dem *Makrosystem* die Kultur.

Als erstes wird im Rahmen dieser Arbeit der Frage nachgegangen, ob Paare mit verschiedenen Bindungsausprägungen unterschiedlich mit Stress umgehen. Bezüglich des dyadischen Copings ist

denkbar, dass die *Herkunftsfamilie* die Entwicklung dieser zwischenmenschlichen Kompetenz beeinflusst. In seiner Bindungstheorie ging John Bowlby (1969, 1973, 1980) davon aus, dass reale Beziehungserfahrungen mit zentralen Bezugspersonen in der Kindheit das Verhalten in allen nachfolgenden Beziehungen prägen, wie z.B. den Umgang mit Nähe und Distanz, Selbstständigkeit und Abhängigkeit, Offenheit und Vertrauen wie auch das Konfliktlösungsverhalten. Auch der aktuelle *Partner* bzw. die *Partnerin* kann die eigene Bindungsrepräsentation beeinflussen, z.B. wenn die Erfahrung gemacht wird, dass der Partner/die Partnerin empathisch und verständnisvoll reagiert und emotionale Unterstützung leistet, könnte dieser/diese als sichere Basis erlebt werden und die Bindungsrepräsentation könnte sich als Folge ändern.

Als zweite Fragestellung werden Liebesstile in Zusammenhang mit dyadischem Coping untersucht. Es wird ebenfalls davon ausgegangen, dass diese sowohl von der *Herkunftsfamilie* als auch durch den aktuellen *Partner*/die aktuelle *Partnerin* beeinflusst werden. In einer Zwillingstudie fanden Waller und Shaver (1994), dass die bevorzugten Liebesstile auf eine gemeinsame familiäre Umgebung zurückzuführen und nicht angeboren sind. Amelang (1992) zeigte in einer Studie, dass romantische und spielerische Liebe eher partnerabhängig sind, während freundschaftliche, pragmatische, besitzergreifende und altruistische Liebe Eigenschaften sind, die über verschiedene Partnerschaften relativ stabil bleiben.

Abschliessend wird der Zusammenhang zwischen *Kultur* und der gemeinsamen Stressbewältigung untersucht. Diese Fragestellung ist von Bedeutung, da die Zahl binationaler Eheschliessungen stetig ansteigt und in der Schweiz inzwischen jede dritte neue Ehe binational ist (35.5%, Bundesamt für Statistik, 2012).

3. Dyadisches Coping und Bindung

In diesem Kapitel wird der Frage nachgegangen, ob Paare mit verschiedenen Bindungsausprägungen unterschiedlich mit Stress umgehen. Wie im Kapitel 2 bereits erwähnt, kann angenommen werden, dass das dyadische Coping in Wechselbeziehung sowohl mit der *Herkunftsfamilie* (wichtige Bezugspersonen) als auch mit der aktuellen *Partnerin* bzw. mit dem aktuellen *Partner*, die zum Mesosystem gehören, steht. Auf der Basis der Bindungstheorie werden diese Zusammenhänge untersucht.

In den folgenden Abschnitten wird die historische Entwicklung zentraler Konzepte und Methoden der Bindungsforschung skizziert. Die Forschung zu Bindung in Paarbeziehungen baut auf der vorangehenden Forschung zur Bindung im frühen Kindesalter auf, weshalb diese zuerst dargestellt wird.

3.1 Bindung

3.1.1 Bowlbys ethnologisch-evolutionäre Bindungstheorie

Die Ethnologie betrachtet die Disposition, starke emotionale Bindungen zu spezifischen Individuen aufzubauen als eine grundlegende Komponente der menschlichen Natur, welche bereits Neugeborene besitzen (Bowlby, 1989). Kleinkinder bauen Bindungen zu Eltern oder Elternersatzfiguren auf, bei denen sie Schutz, Trost und Hilfe suchen. Ohne Schutz und Fürsorge würden sie nicht überleben und auch für die seelische Gesundheit des sich entwickelnden Kindes ist kontinuierliche und feinfühliges Fürsorge von zentraler Bedeutung (Grossmann & Grossmann, 2012).

Bowlby (1969, 1973, 1980) formulierte die Bindungstheorie und verlieh dem kindlichen Bindungsverhalten eine instinktive Qualität, d.h., dass das Kind sich an die Eltern und andere Bezugspersonen bindet, unabhängig davon, wie gut und zuverlässig sie seine Bedürfnisse befriedigen. Dieses „Bindungsverhaltenssystem“ dient dazu, das Kleinkind zu veranlassen, ständig die körperliche und psychologische Verfügbarkeit seiner Bindungsfigur zu überwachen. Wenn Gefahr droht, wird das Bindungssystem aktiviert und das Kind wird dazu angehalten unmittelbar

körperliche Nähe und Kontakt zu der Bindungsperson zu suchen, z.B. durch Weinen, Rufen, Nachfolgen und Anklammern (Main, 2011).

Die Bindungsforschung untersucht „die Art individueller Verinnerlichung unterschiedlicher Bindungserfahrungen und ihre Auswirkungen auf die Organisation der Gefühle, des Verhaltens und der Ziele einer Person“ (Grossmann & Grossmann, 2012, S. 31).

Bowlby (1969, 1973) führte das Konstrukt der „*internal working models*“ (innere Arbeitsmodelle) ein. Nach Bowlby verfügt jedes Kind über kognitive und emotionale Repräsentationen, die sich einerseits auf eine spezifische Bindungsfigur und andererseits auf das Selbst beziehen. Diese Repräsentationen beinhalten das Wissen, Erwartungen sowie Vorstellungen hinsichtlich der Bindungsperson und des eigenen Selbst und entstehen durch wiederholte Interaktionen. Wird ein Kind z.B. immer wieder zurückgewiesen, wird es nicht nur seine Bindungsfigur als in vielen Situationen zurückweisend erleben, sondern wird auch sich selbst als nicht der Hilfe würdig und als nicht lebenswert erleben.

Innere Arbeitsmodelle dienen als Grundlage für die aktuelle und spätere Emotionsregulation des Kindes, indem sie die Wahrnehmung von Situationen und die Integration neuer Erfahrungen beeinflussen und dadurch verhaltensmodulierend wirken (Bartholomew, 1990). Die wichtigste Funktion dieser inneren Arbeitsmodelle ist nach Bowlby (1969) die Möglichkeit für das Kind, Ereignisse der realen Welt vorwegzunehmen, so dass das Kind sein Verhalten planen kann.

3.1.2 Unterschiedliche Muster im Bindungsverhalten

Mary Ainsworth untermauerte die wesentlichen Aussagen der Bindungstheorie durch empirische Befunde. Zudem trug sie auch zur Erweiterung der Theorie durch die Berücksichtigung individueller Unterschiede (z.B. in der mütterlichen Feinfühligkeit für kindliche Signale) und den Begriff der „sicheren Basis“ bei (Bretherton, 2011).

Sie entwickelte zusammen mit Wittig den „Fremde-Situations-Test“ (Ainsworth & Wittig, 1969), ein strukturiertes Beobachtungsverfahren, in dem die Reaktionen von zwölf Monate alten Kindern auf zwei Trennungen und Wiedervereinigungen mit der Mutter in einer fremden Umgebung untersucht wurden (Main, 2012). Dieses Verfahren wurde ursprünglich konzipiert, um das Zusammenspiel zwischen Bindungs- und Erkundungsverhalten unter verschiedenen Belastungsbedingungen zu untersuchen.

Die Kinder, die am Fremden-Situations-Test teilnahmen, waren vom Neugeborenenalter an regelmässig von Ainsworth und ihren Mitarbeitern mehrstündig zu Hause besucht und in der Interaktion mit den Müttern beobachtet worden. Die Befunde des Fremden-Situations-Tests entsprachen Ainsworths Erwartungen: Die Babys erkundeten das Spielzimmer in Anwesenheit der eigenen Mutter deutlich mehr als wenn eine fremde Person hinzukam oder die Mutter abwesend war. Ainsworth war jedoch fasziniert von der unerwarteten Vielfalt kindlichen Verhaltens bei der Rückkehr der Mutter (Bretherton, 2011).

Während bei der Wiedervereinigung die Mehrheit der Kinder Nähe und Kontakt mit der Mutter suchten, spielten einige Kleinkinder weiter oder vermieden aktiv den Kontakt mit der Mutter (Main, 2012). Andere schrien und wollten Kontakt, konnten sich aber nicht einkuscheln oder sich an die Mutter schmiegen, sondern strampelten oder schlugen die Mutter. Die Auswertungen der Hausbeobachtungen belegten, dass jene Kinder, die sich bei der Wiedervereinigung mit der Mutter ambivalent oder vermeidend gegenüber der Mutter verhalten hatten, zu Hause eine weniger harmonische Beziehung (z.B. weniger Kommunikation durch Gesten und Vokalisationen) zu ihr hatten, als Kinder, die bei der Wiedervereinigung Nähe und Kontakt suchten (Ainsworth, Bell & Stayton, 1974).

Auf diesen Befunden basiert das Klassifikationssystem für die „Fremde Situation“ (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978; Grossmann & Grossmann, 2012):

(1) B: sicheres Bindungsmuster

Diese Kinder charakterisieren sich dadurch, dass sie bei oder nach Belastungen Nähe und Kontakt zur Mutter suchen. Bei der Wiederkehr der Mutter begrüßen sie sie. Nimmt die Mutter sie auf, zeigen sie keinen Widerstand, sondern entspannen sich in ihren Armen. Sie lassen sich schnell beruhigen und nehmen dann das unterbrochene Erkunden wieder auf.

(2) A: unsicher-vermeidendes Bindungsmuster

Kinder aus dieser Kategorie zeigen kaum Kummer über das Weggehen der Mutter. Bei ihrem Wiedereintreten suchen sie weder ihre Nähe noch eine Interaktion mit ihr. Sie ignorieren sie, lassen sich zwar in den Arm nehmen, halten sich aber nicht fest. Die Herzschlagfrequenz der A-Kinder steigt beim Weggehen der Mutter wie bei sicher gebundenen Kindern. Sie sind also durch die Trennung ebenfalls beunruhigt (Spangler & Grossmann, 1993). Zudem steigt nach der „Fremden Situation“ der stressindizierende Kortisolspiegel bei unsicher-vermeidend gebundenen Kindern an, bei sicher gebundenen Kindern nicht, weil sie sich von der Mutter beruhigen lassen.

(3) C: unsicher-ambivalentes Bindungsmuster

Wenn Kinder mit unsicher-ambivalenter Bindung allein gelassen werden, zeigen sie ihren Kummer deutlich und lautstark, zum Teil wütend. Wenn die Mutter zurückkommt, verhalten sie sich sehr ambivalent: Einerseits suchen sie den Kontakt zur Mutter, andererseits stoßen sie sie dann aber wieder weg (Rauh, 1998).

Main und Solomon (1986) entdeckten eine zusätzliche Bindungskategorie:

(4) D: unsicher-desorganisiertes Bindungsmuster

Unsicher-desorganisiert gebundene Kinder zeigen neben den Basistendenzen A, B oder C, seltsames und bizarres Verhalten wie Grimassieren, Erstarren und ähnliches. „Sie scheinen sich in einem Konflikt zu befinden, zu dem sie kein Verhaltensprogramm haben“ (Rauh, 1998, S. 243).

3.2 Bindung und Partnerschaft

Hazan und Shaver (1987) gingen wie Bowlby (1969, 1973, 1980) davon aus, dass die Qualität der Beziehung zur primären frühen Bezugsperson als inneres Arbeitsmodell von Beziehungen verinnerlicht werde, bis ins Erwachsenenalter hinein erhalten bleibe und Erwartungen an alle künftigen engen Beziehungen präge (Asendorpf, in Druck). Mit ihrem Artikel „Romantic love conceptualized as an attachment process“ eröffneten sie ein neues Forschungsfeld: „Paarbeziehung und Bindung“ (Sydow, 2012). Sie übertrugen die drei Bindungsstile, die Ainsworth et al. (1978) gefunden hatten, auf die Erwachsenen (sicher, vermeidend und ängstlich-ambivalent). Während der Forschungsstand zur Paarbeziehung und Bindung bis zur Jahrtausendwende noch überblickbar war (siehe die Metaanalyse von Sydow & Ullmeyer, 2001), hat sich die Anzahl der Publikationen in den letzten zehn Jahren exponentiell gesteigert.

Verschiedene Studien im Rahmen einer 30-Jahre-Längsschnittstudie zeigten einen Zusammenhang zwischen der Klassifizierung als Kind in der „Fremden Situation“ (im Alter von 12 oder 18 Monaten) und Merkmalen in späteren intimen Beziehungen (Seedal & Wampler, 2013). Unterschiedliche Bindungsrepräsentationen gehen mit unterschiedlicher Regulation von Emotionen im Rahmen von Paarbeziehungen einher. Sicher gebundene Kinder im Alter von zwölf Monaten zeigten Mitte 20 ihrem Partner gegenüber verstärkt Ausdruck und Erleben positiver Emotionen sowie weniger negative Affekte bei der Lösung von Paarkonflikten (Simpson, Collins, Tran & Haydon, 2007).

Eine Klassifizierung als „sicher“ in der „Fremden Situation“ sagte zudem eine höhere beobachtete Qualität der Paarbeziehung (Roisman, Collins, Sroufe & Egeland, 2005), grössere Beziehungsstabilität und eine bessere Erholung nach potentiell destruktiven Paarkonflikten (Salvatore, Kuo, Steele, Simpson & Collins, 2011) als Erwachsene voraus.

Berkic und Quehenberger (2012) konnten in einer Studie mit Langzeit-Ehepaaren zeigen, dass je kohärenter eine Person über ihre Bindungserlebnisse berichten konnte (mittels Adult Attachment Interview [AAI; Main, Kaplan & Cassidy, 1985] erfasst), desto genauer konnte sie die Gefühle ihres Ehepartners beurteilen und auf sie reagieren. Dabei beeinflusste die Bindungssicherheit eines Partners nicht nur sein eigenes Verhalten, sondern bestimmte auch das des anderen Partners mit. Die Autorinnen erfassten deshalb Bindung in Paarbeziehungen als ein dynamisches, interpersonelles und reziprokes Phänomen.

Bindungsrepräsentationen können sich dank neuer positiver Erfahrungen, z.B. im Rahmen einer Psychotherapie (Taylor, Rietzschel, Danquah & Berry, 2014), einer Paartherapie (Benson, Sevier & Christensen, 2013; Butler, Harper & Mitchell, 2011) wie auch durch eine langjährige stabile und verlässliche Partnerschaft in die Richtung von mehr Bindungssicherheit verändern. Andererseits können sich Bindungsrepräsentationen auch in negative Richtung verändern, z.B. nach Trennungserfahrungen (Ruvolo, Fabin & Ruvolo, 2001) oder durch kritische Lebensereignisse, beispielsweise durch den Verlust des Partners (Petrowski, Schmidt, Stöbel-Richter, Strauss & Brähler, 2012).

3.2.1 Die Erfassung von Bindung in Partnerschaften

Bindungsrepräsentationen in Partnerschaften können mittels drei verschiedenen Methoden erfasst werden können (Sydow, 2012):

- (1) Interview-Methoden, die inhaltsanalytisch oder per Q-Sort ausgewertet werden (z.B. das Adult Attachment Interview [AAI; Main et al., 1985], das Current Relationship Interview [CRI; Crowell & Owens, 1998], das Erwachsenen-Bindungsprototypen-Rating [EBPR; Kirchmann, Fenner & Strauss, 2007]). Interviews zeichnen sich durch die Reichhaltigkeit der gewonnenen Informationen aus und erfassen die bewusstseinsfernere sprachliche Repräsentation von Bindungsmustern.
- (2) Beobachtungsverfahren (z.B. mittels Secure Base Scoring System [SBSS; Crowell, Treboux, Gao, Fyffe, Pan & Waters, 2002]). Das SBSS analysiert wie Paare sich in einer Konflikt-

Diskussion verhalten und miteinander kommunizieren. Ähnlich zum kindlichen Bindungsverhalten gegenüber den Bezugspersonen und dem komplementären Verhalten der Eltern im Fremde-Situations-Test (Ainsworth, Bell & Stayton, 1974) wird in den SBSS-Skalen reziprokes „care-giving and care-seeking“ Verhalten von Partnern erfasst.

- (3) Selbsteinschätzungsbasierte Fragebögen (z.B. der Bochumer Bindungsfragebogen [BoBi; Neumann, Rohmann & Bierhoff, 2007], die deutschsprachige Version des Bindungsfragebogens „Experiences in Close Relationships“ [ECR, Brennan Clark & Shaver, 1998]; die Adult Attachment Scale [ASS; Schmidt, Strauss, Höger & Brähler, 2004]). Fragebögen operationalisieren das bewusstseinsnahe Verhalten und Erleben in engen Beziehungen und sind zeitökonomischer.

Die Übereinstimmung zwischen den unterschiedlichen Methoden ist jedoch relativ gering. Roisman, Holland, Fortuna, Fraley, Clausell und Clarke (2007) fanden in einer Metaanalyse eine schwache Korrelation ($r = .09$) zwischen Interviews und Fragebögen.

Aufgrund des aktuellen Forschungsstands werden die dimensionalen Masse adäquater als Prototypen-Masse (die Bindungsrepräsentationen als kategorial erfassen) betrachtet (Bakermans-Kranenburg & van IJzendoorn, 2009; Shaver & Mikulincer, 2002), weil sie als statistisch und theoretisch überlegen angesehen werden (Fraley & Waller, 1998; Sydow, 2012).

3.2.2 Die Erweiterung des Drei-Typen Modells von Hazan und Shaver

Bartholomew (1990) entwickelte den Ansatz von Hazan und Shaver (1987) weiter, indem sie den ängstlich-ambivalenten Stil als *besitzergreifend* bezeichnete und den vermeidenden Bindungsstil in einen *ängstlich-vermeidenden* und einen *abweisenden* Stil differenzierte.

Sie nahm an, dass die letzten beiden Bindungsstile verschiedene Lösungen eines emotionalen Konfliktes mit zentralen Bezugspersonen darstellen. Verhält sich die Bezugsperson abweisend oder distanziert, führe dies zur Ausbildung eines negativen Fremdbildes. Beim *ängstlich-vermeidenden* Bindungsstil führe das frustrierte Bedürfnis nach Nähe zu der Überzeugung, wenig lebenswürdig zu sein, und damit zu einem negativen Selbstbild. Der *abweisende* Bindungsstil sei dagegen durch eine Unterdrückung des Bedürfnisses nach Nähe gekennzeichnet, was die Aufrechterhaltung eines positiven Selbstbildes ermöglicht. Der *besitzergreifende* Bindungsstil versucht, ein negatives Selbstbild durch die Anerkennung anderer zu korrigieren. Alle diese drei Bindungsstile kennzeichnen eine unsichere Bindung, weil entweder Selbst- oder Fremdbild negativ sind. Eine

sichere Bindung setzt sich durch ein positives Selbst- und Fremdbild zusammen.

3.2.3 Die dimensionale Betrachtung von Bindung

Brennan, Clark und Shaver (1998) führten eine Faktorenanalyse über Hunderte von Items, die Bindungsrepräsentationen als Selbstbeurteilung erfassten, durch und konnten die zwei Bindungsdimensionen *Vermeidung* (Tendenz, emotionaler Nähe zum Partner auszuweichen, weil Situationen von emotionaler Nähe mit Unbehagen erlebt werden) und *Angst* (Sorge, nicht genügend geliebt und möglicherweise verlassen zu werden) unterscheiden. Hohe Werte auf der Bindungsdimension Angst führen bei Aktivierung des Bindungssystems zu hyperaktivierenden Strategien (z.B. Überwachung des Verhaltens des Partners, Übertreibung von Gefahren), während hohe Werte auf der Bindungsdimension Vermeidung zu deaktivierenden Strategien führen (z.B. Verleugnung von Bindungsbedürfnissen, Bewältigung ausschliesslich durch eigene Aktivität) (Cassidy & Kobak, 1988). Sie entwickelten den reliablen Fragebogen „Experiences in Close Relationships“ (ECR, Brennan et al., 1998), der derzeit als Optimum der Fragebogenforschung angesehen wird (Sydow, 2012).

Anhand der Ausprägung der beiden Bindungsdimensionen können Individuen den vier Bindungsstilen von Bartholomew (1990) zugeordnet werden: *Sicher* Gebundene erzielen auf beiden Bindungsdimensionen niedrige Werte, während *ängstlich-vermeidende* Personen auf beiden Bindungsdimensionen hohe Werte aufweisen. Ein *abweisender* Bindungsstil liegt vor, wenn die Vermeidung hoch und die Angst gering ist, während bei geringer Vermeidung und hoher Angst ein *besitzergreifender* Bindungsstil vorliegt.

Taylor et al. (2014) analysierten die Ergebnisse von 14 Studien, die Bindung entweder mit Interviews oder mit selbsteinschätzungsbasierten Fragebögen erfassten. Bei 11 von 14 Untersuchungen war eine Verbesserung der Bindungssicherheit und einer Verminderung der Bindungsdimension *Angst* nach dem Besuch einer Therapie feststellbar. Die Befunde bezüglich der Bindungsdimension *Vermeidung* waren uneinheitlich und die Autoren betonten den Bedarf nach weiterer Forschung in diesem Bereich.

Ben-Ari und Lavee (2005) nehmen den dimensionalen Ansatz von Brennan und Mitarbeitern (1998) als Basis für die Bildung von Paartypologien auf. Anhand einer Clusteranalyse über die

Bindungsdimensionen *Angst* und *Vermeidung* unterscheiden sie drei Paartypen: *Sichere Paare* (in der beide Partner niedrige Werte auf beiden Bindungsdimensionen erzielten), *ängstlich-vermeidende Paare* (beide Partner erreichten hohe Werte auf den Bindungsdimensionen) und *unsicher-gemischte Paare* (ein Partner erzielte hohe Werte auf Angst und niedrige Werte auf der Vermeidungsdimension, der andere Partner zeigte das umgekehrte Bild). Sichere Paare berichteten über höhere Partnerschaftsqualität als ängstlich-vermeidende Paare.

3.3 Bindung und Stressbewältigung

Die Bindungstheorie bietet einen konzeptuellen Rahmen, um Unterschiede im Umgang mit Belastungen zu erklären (Seiffge-Krenke & Becker-Stoll, 2005). Kontinuierliche Erfahrungen von adäquatem Fürsorgeverhalten durch die Bezugspersonen und die Unterstützung beim Erkunden der Welt ermöglichen den Aufbau positiver kognitiver Arbeitsmodelle, die eine Person das eigene Selbst als kompetent und andere Leute als hilfsbereit erleben lassen (Grossmann & Grossmann, 2012).

In einer Längsschnittstudie untersuchten Seiffge-Krenke und Becker-Stoll (2005) den Zusammenhang zwischen Bindungsrepräsentationen und Bewältigungsverhalten im Umgang mit Belastungen. Individuen, denen im jungen Erwachsenenalter eine sichere Bindungsrepräsentation zugeordnet wurde (erfasst mittels AAI [Main et al., 1985]), setzten sich sowohl in der Adoleszenz als auch im Alter von 21 Jahren aktiver mit ihren Problemen auseinander und banden ihr soziales Netzwerk in die Problembewältigung ein. Junge Erwachsene mit unsicher-distanzierten Bindungsrepräsentationen zeigten hingegen vorwiegend problemmeidendes Verhalten und zogen sich bei Problemen zurück.

Sowohl die inneren Arbeitsmodelle von Bindung als auch das Copingverhalten beinhalten Bewertungsprozesse von Bedrohungssituationen sowie die Regulation von Emotionen (Dinkel, 2006). Mikulincer und Shaver (2003; Asendorpf & Neyer, 2012) formulierten ein Informationsverarbeitungsmodell der Bindungsaktivierung, das aus drei Modulen besteht (siehe Abbildung 7).

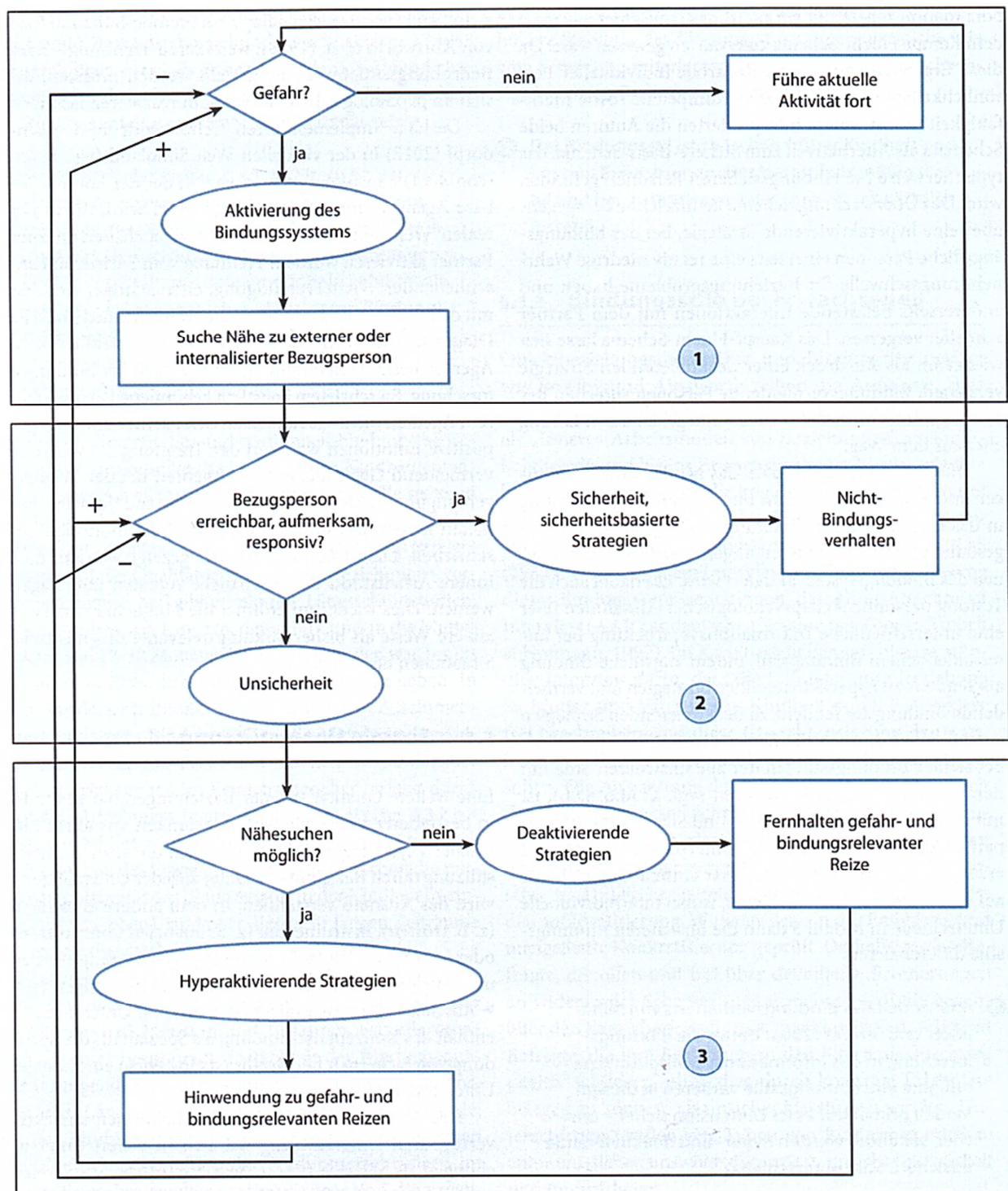


Abbildung 7: Das Informationsverarbeitungsmodell für Bindungsverhalten von Mikulincer und Shaver (2003) (deutsche Version von Asendorpf & Neyer, 2012, S. 250)

Das erste Modul überwacht das aktuelle Verhalten. Werden drohende Gefahren entdeckt, wird das Bindungssystem aktiviert und die Suche nach einer sicherheitsspendenden Bezugsperson (real oder symbolisch) begonnen. Im zweiten Modul wird geprüft, ob eine reale oder symbolische Person erreichbar und empathisch ist. Wenn dies der Fall ist, dann werden sicherheitsbasierte Strategien

angewendet, sogenannte *primäre Bindungsstrategien*. Diese beinhalten sowohl emotionsorientiertes Bewältigungsverhalten wie Anerkennung und Äusserung von Stress, Suche nach Nähe und emotionaler Unterstützung als auch situationsadäquates problemorientiertes Bewältigungsverhalten (das „Sichere-Basis-Skript“; Waters, Rodrigues & Ridgeway, 1998).

Wenn die reale oder symbolische Bezugsperson nicht erreichbar oder nicht zugänglich ist, entsteht ein Gefühl der Unsicherheit und das dritte Modul wird aktiviert. Dabei werden bindungsunsichere Verhaltensweisen, die als *sekundäre Bindungsstrategien* definiert werden, eingeleitet. Zunächst wird geprüft, ob Nähesuchen möglich ist oder nicht. Wenn dies nicht möglich ist, werden deaktivierende Strategien, wie Verleugnung von Bindungsbedürfnissen und Bewältigung ausschliesslich durch eigene Aktivität (Cassidy & Kobak, 1988) eingesetzt. Zudem werden Gefahren heruntergespielt und das zweite Modul blockiert, weil Gedanken an Gefahren oder Bezugspersonen das Bindungssystem wieder aktivieren würden.

Wenn Nähesuchen möglich ist, dann werden hyperaktivierende Strategien (z.B. Übertreibung von Gefahren; Versuch, die nicht-responsive Bezugsperson zur Unterstützungsleistung zu bewegen) benutzt.

Meuwly und Koautoren (2012) fanden heraus, dass der günstige Effekt des positiven dyadischen Copings auf die Stresserholung nach einer induzierten Stresserfahrung (raschere Abnahme des Kortisolspiegels) bei den Frauen durch die Bindungsdimension *Angst* moderiert war. Gestresste Frauen mit höherer Ausprägung auf der Bindungsdimension *Angst* profitierten weniger von der dyadischen Unterstützung des Partners als Frauen mit niedrigerer Ausprägung auf der Bindungsdimension *Angst*.

In der folgenden eigenen empirischen Studie wird versucht, die Paartypologien bezüglich Bindung von Ben-Ari und Lavee (2005) zu replizieren. Es werden zudem Unterschiede in Abhängigkeit der Bindungsausprägung des Paares bezüglich Partnerschaftsqualität sowie erstmals auch bezüglich dyadischem Coping untersucht.

3.4 Eigener Artikel zum Thema dyadisches Coping und Bindung

Unterschiede in der Partnerschaftsqualität und im dyadischen Coping bei verschiedenen bindungsbezogenen Paartypen.

Autoren Simona Gagliardi, Guy Bodenmann, Nina Heinrichs, Anna Marta Maria Bertoni, Raffaella Iafrate und Silvia Donato

Status publiziert (2013)

Zeitschrift Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie, 63, 185 – 192.

Abstract

Die Bindung der Partner hängt mit wichtigen Partnerschaftsmerkmalen zusammen. Anhand der Ausprägungen auf den Bindungsdimensionen *Angst* und *Vermeidung* wurde mittels Clusteranalyse bei 304 Paaren untersucht, ob es bestimmte Typologien in der Zusammensetzung von Bindungsausprägungen beider Partner in Partnerschaften gibt und ob sich diese Typen hinsichtlich Partnerschaftsqualität und dyadischem Coping unterscheiden. Es konnten drei Partnerschaftstypen identifiziert werden: *Sichere Paare* ($N = 114$, niedrige Werte auf beiden Bindungsdimensionen), *ängstlich-vermeidende Paare* ($N = 62$, höhere Werte auf beiden Bindungsdimensionen als sichere Paare) und *gemischte Paare* ($N = 128$, Männer mit höheren Angstwerten als die Frauen). Die sicheren Paare berichteten über höhere Partnerschaftsqualität sowie mehr positives und weniger negatives dyadisches Coping als die anderen Paartypen. Möglichkeiten des Einbezugs bindungstheoretischer Aspekte in die Diagnostik sowie in paartherapeutische Interventionen werden diskutiert.

4. Dyadisches Coping und Liebesstile

In diesem Kapitel wird das dyadische Coping in Zusammenhang mit Liebestilen untersucht. Gibt es in Abhängigkeit der Ausprägung in den Liebestilen Unterschiede in der gemeinsamen Stressbewältigung? Wie bereits beim dyadischen Coping und der Bindung, wird bei den Liebestilen ebenfalls davon ausgegangen, dass diese sowohl von der *Herkunftsfamilie* (Waller & Shaver, 1994) als auch durch den aktuellen *Partner*/die aktuelle *Partnerin* beeinflusst werden (Amelang, 1992).

Die Bedeutung der Liebe im Leben des Einzelnen ist in unserer Gesellschaft zentral geworden (Bierhoff & Rohmann, 2005). Während in der Vergangenheit pragmatische Gründe wie etwa die wirtschaftliche Absicherung durch die Ehe im Vordergrund standen, strebt man heute die Verwirklichung des romantischen Ideals in der Liebe an. Das Interesse an dieser Thematik widerspiegelt sich auch im Forschungsbereich und in der Anzahl Bücher, die wissenschaftliche Studien zum Thema präsentieren, wie „The New Psychology of Love“ (Sternberg & Weis, 2006), „The World Book of Love“ (Bormans, 2013) oder „Was die Liebe stark macht“ (Bierhoff & Rohmann, 2005). Liebe kann bis heute wissenschaftlich nicht erklärt, sondern lediglich beschrieben werden (Bodenmann, 2013). Einen Überblick über einige der einflussreichsten Ansätze folgt in den nächsten Abschnitten.

4.1 Konzepte der Liebe

In den letzten 40 Jahren sind sozialpsychologische Theorien der Liebe und Messverfahren zu ihrer Erfassung mit dem Ziel entwickelt worden, die Dimensionen der Liebe in ihrer individuellen Ausprägung messbar zu machen und mit anderen Merkmalen sinnvoll in Zusammenhang zu bringen (Bierhoff & Grau, 1999).

4.1.1 Rubins „Love“- und „Liking“-Skalen

Versuche, Liebesskalen zu konzipieren reichen bis in die 1940er Jahre zurück (z.B. Gross, 1944), aber erst Rubin (1970) hat die von ihm entwickelte Liebesskala auf eine bestimmte Person bezogen. Seine Arbeiten inspirierten und beeinflussten die nachfolgende Forschung stark (Amelang, 1991).

Rubin (1970, S. 265) kennzeichnete Liebe als “an attitude held by a person toward a particular other person, involving predispositions to think, feel, and behave in certain ways toward that other person.”

Für die Entwicklung seiner Skalen sammelte er einen grossen Item-Pool aus theoretischen und empirischen Annahmen über interpersonelle Anziehung und aus Spekulationen über die Natur der Liebe. 198 Studenten bearbeiteten die Items unter zwei verschiedenen Instruktionen: Zuerst sollten sich die Antworten auf einen Liebespartner beziehen und danach auf einen „platonischen“ Freund des jeweils anderen Geschlechts. Die getrennt durchgeführten Faktorenanalysen ergaben zwei Generalfaktoren die als "Liebe" bzw. "Mögen" interpretiert wurden. Diese bildeten die „Love“- und „Liking“- Skalen mit je 13 Items, deren Validität in diversen Studien untersucht und belegt wurde (Amelang, 1991). Die beiden Skalen beinhalten in unterschiedlichen Ausprägungen drei Komponenten: (1) Zugehörigkeits- und Abhängigkeitsmotive, (2) Bereitschaft zu helfen und (3) Ausschlüsslichkeit und Vertrauen.

Die Liebesskala von Rubin (1970) ist nach wie vor weit verbreitet, auch wenn neuere Skalen entwickelt worden sind, die verstärkt die Formenvielfalt von Liebe abzubilden versuchen (Lenz, 2006).

4.1.2 Die trianguläre Theorie der Liebe von Sternberg

Die Dreieckstheorie der Liebe von Sternberg (1986) unterscheidet drei Komponenten der Paarbeziehung: Intimität, Leidenschaft und Commitment/Verbindlichkeit. *Intimität* stellt die emotionale Komponente dar, welche Gefühle von Nähe, Verbundenheit und Zusammengehörigkeit beinhaltet. *Leidenschaft* kennzeichnet die motivationale Komponente, die mit physischer Attraktivität, sexueller Anziehung und physiologischer Erregung in Zusammenhang steht. *Commitment/Verbindlichkeit* repräsentiert die kognitive Komponente, die kurzfristig die Entscheidung, jemanden zu lieben und längerfristig die Absicht, die Beziehung aufrechtzuerhalten enthält.

Je nach Ausprägung der jeweiligen Komponente kann man für jedes Paar ein idiosynkratisches Dreieck der Liebe erstellen. Die drei Komponenten werden als Scheitelpunkte eines Dreiecks dargestellt: Je grösser die Fläche des Dreiecks, desto höher ist das Ausmass an Liebe. Wenn alle drei Dimensionen in einer Beziehung gleich relevant sind, dann ergibt sich ein gleichschenkliges

Dreieck (siehe Abbildung 8). Ist eine oder sind zwei Dimensionen stärker ausgeprägt, dann ergeben sich Dreiecke mit unterschiedlichen Schenkeln. Beim Dreieck in Abbildung 8 unten links ist z.B. die Dimension *Leidenschaft* vorrangig. Es könnte sich um ein Paar handeln, das grossen Wert auf Erotik legt, gleichzeitig aber keine Nähe und keine tiefergehende Verpflichtung eingehen möchte.

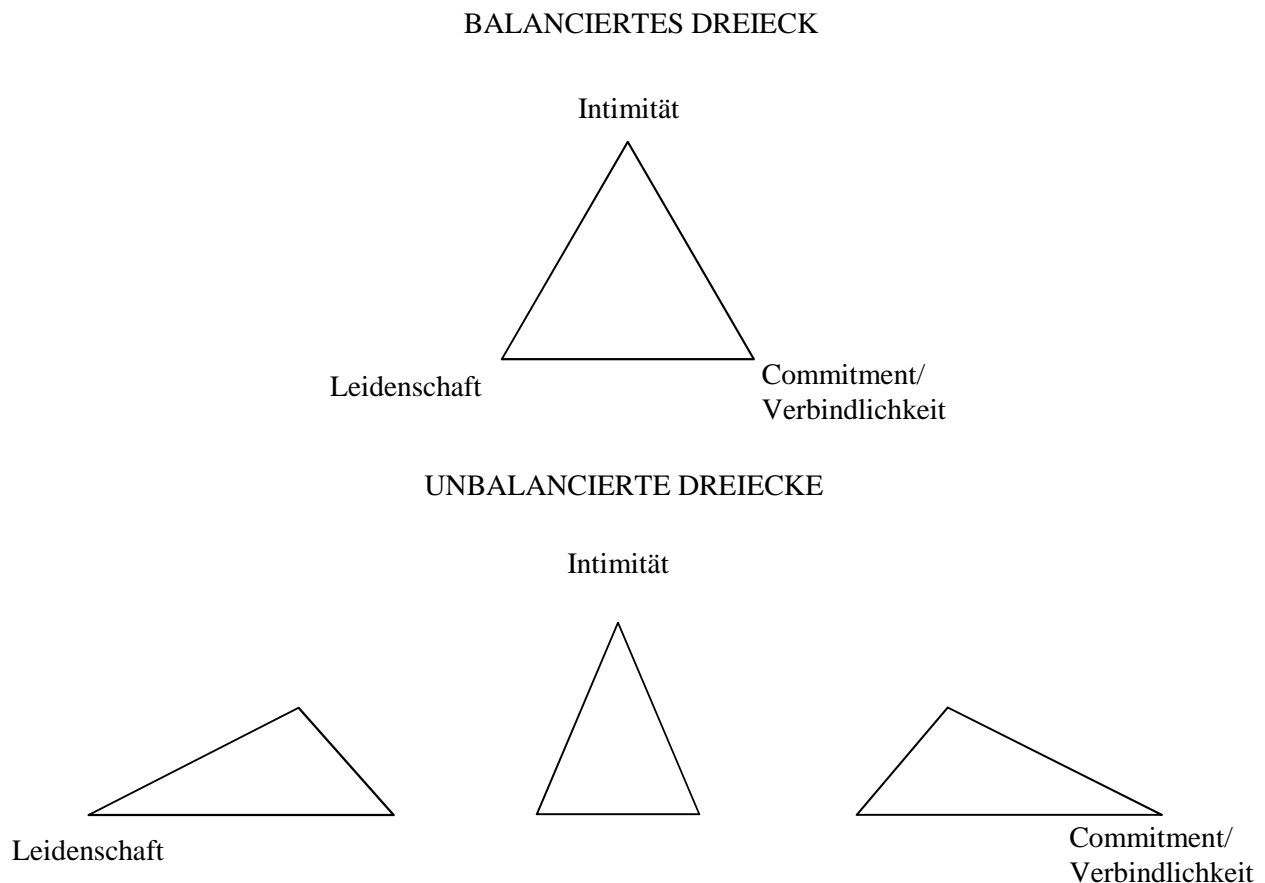


Abbildung 8: *Form des Dreiecks als Funktion der Art der Liebe (nach Sternberg, 1986, S. 128; übersetzt durch die Verfasserin)*

Jede der drei Komponenten kann hoch bis niedrig ausgeprägt und gegebenenfalls nicht vorhanden sein. Aus den verschiedenen Kombinationen der drei Komponenten ergeben sich nach Sternberg (1986) acht Formen der Liebe (siehe Tabelle 3). (1) Keine Liebe: Die Absenz aller drei Komponenten kennzeichnet die meisten persönlichen Beziehungen, welche zufällige Interaktionen beinhalten, die nichts mit Liebe zu tun haben. (2) Mögen: In dieser Liebesform ist nur die Intimität hoch ausgeprägt. (3) Verliebt sein: Nur die Dimension der Leidenschaft ist hoch ausgeprägt, das Verliebt sein steht oft am Anfang einer Beziehung. (4) Leere Liebe: In dieser Beziehungsform ist nur die Dimension Commitment/Verbindlichkeit hoch. Sie kann bei langjährigen Beziehungen, in denen die Nähe und die Anziehung verloren gegangen sind, oder bei arrangierten Ehen vorkommen.

(5) Romantische Liebe: Sie besteht aus der Kombination von hoher Intimität und Leidenschaft. (6) Kameradschaftliche Liebe: In dieser Liebesform sind Intimität und Commitment/Verbindlichkeit hoch ausgeprägt. Der Leidenschaft kommt nur eine geringe Bedeutung zu. (7) Alberne Liebe („fatuous love“): Diese Liebesform resultiert aus der Kombination von Leidenschaft und Commitment/Verbindlichkeit. Frühzeitige Bindungen aufgrund leidenschaftlicher Gefühle können problematisch werden, wenn keine Intimität gegeben ist (Bierhoff & Rohmann, 2009). (8) Erfüllte Liebe: Alle drei Dimensionen sind in dieser Beziehungsform hoch ausgeprägt. Sie verkörpert die Wunschvorstellung einer glücklichen Partnerschaft, die Erreichung dieser Liebesform ist jedoch kein Garant für eine längerfristig zufriedene Beziehung.

Tabelle 3: Die acht Formen der Liebe (nach Sternberg 1986, S. 123; übersetzt durch die Verfasserin)

Art der Liebe	Komponente		
	Intimität	Leidenschaft	Commitment/Verbindlichkeit
Keine Liebe	–	–	–
Mögen	+	–	–
Verliebt sein	–	+	–
Leere Liebe	–	–	+
Romantische Liebe	+	+	–
Kameradschaftliche Liebe	+	–	+
Alberne Liebe	–	+	+
Erfüllte Liebe	+	+	+

Anmerkungen. + = Merkmal vorhanden, – = Merkmal nicht vorhanden. Die meisten Liebesbeziehungen würden zwischen diese Liebesarten fallen, da die Komponenten der Liebe Teil eines Kontinuums und nicht diskrete Merkmale sind.

4.1.3 Die Liebesstile nach Lee

Um der Vielfalt der Liebeserfahrungen gerecht zu werden, hat der kanadische Soziologe John Allan Lee (1973) ein weiteres Klassifikationssystem der Liebesstile entwickelt. Er sammelte und analysierte mehr als 4000 Liebesbeschreibungen aus Literatur und Philosophie. Danach entwickelte er ein strukturiertes Interview: the „Love Story Card Sort“. Die Befragten mussten aus einem Pool von Karten die Feststellungen aussuchen, die ihre persönliche Liebesbeziehung widerspiegeln. Damit identifizierte Lee zuerst neun Liebesstile, die dann auf sechs reduziert wurden. Lee verwendete die Analogie des Farbenkreises, um die Gleichwertigkeit der unterschiedlichen Liebesstile zu betonen: Dieser besteht aus der Kombination von Grundfarben (rot, blau, gelb) und Sekundärfarben (orange, grün, violett), die sich durch Mischung zwischen diesen Primärfarben

ergeben. Er ordnete die sechs Liebesstile in einem Kreis aus primären und sekundären Liebesstilen, die gleichberechtigt nebeneinanderstehen, an (siehe Abbildung 9).

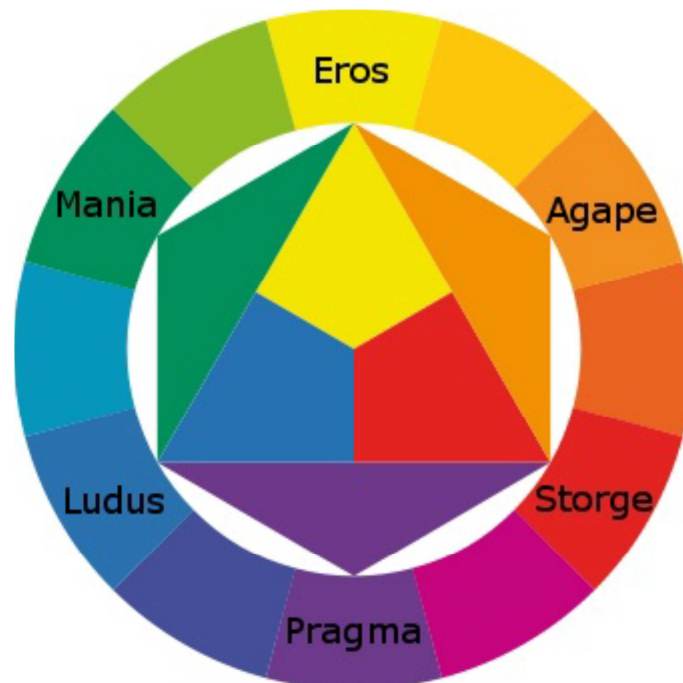


Abbildung 9: Farbkreis für die sechs Liebesstile (Singer, 2012, S. 19, nach Lee 1973), primäre Liebesstile sind blau, gelb und rot gehalten, sekundäre in violett, grün und orange.

Die sechs Liebesstile nach Lee (1973, 1977, 1988) sind:

Eros, die romantische Liebe: Sie beruht auf der erotischen Anziehung durch die geliebte Person, die eine physiologische Erregung und sexuelles Interesse auslöst. Diese Liebe entsteht häufig auf den ersten Blick, weil die getroffene Person schon rein äußerlich dem Idealbild des „Traumpartners“ bzw. der „Traumpartnerin“ nahekommt. Romantisch Liebende legen viel Wert auf Intimität und haben den Wunsch, alles miteinander zu teilen. Sie zeichnen sich durch ein hohes Selbstwertgefühl und ein hohes Selbstvertrauen aus, so dass die Gefühlsintensität und die Exklusivität nicht zu besitzergreifendem Verhalten und Eifersucht führt (Hendrick & Hendrick, 1992).

Ludus, die spielerische Liebe: Liebe als Spiel zum gegenseitigen Vergnügen, welche Verführung, sexuelle Freiheit und Abenteuer betont. Die Erfüllung der sexuellen Wünsche im Hier und Jetzt zählt, Ludus Liebende streben keine längerfristige Bindung an (Bierhoff & Rohmann, 2005). Oft führen sie mehrere Beziehungen nebeneinander, kommunizieren dies in der Regel auch offen (Lee,

1988). Sonst zeigen sie wenig Selbstöffnung in der Partnerschaft und erleben keine Gefühle von Eifersucht – dasselbe wird auch vom Partner erwartet (Lee, 1977).

Storge, die freundschaftliche Liebe: Sie entsteht aus einer langen Freundschaft, die sich über eine längere Zeit als „sicherer Hafen“ entwickelt hat, oft auf der Grundlage gleicher Interessen und gemeinsamer Aktivitäten (Bierhoff et al., 1993). Der sexuelle Kontakt setzt häufig relativ spät ein. Mit diesem Liebesstil ist eine emotionale Gelassenheit verbunden und die Beziehung ist geprägt von Toleranz, Vertrauen und Respekt dem Partner gegenüber (Bierhoff & Rohmann, 2005).

Mania, die besitzergreifende Liebe: Liebe als verabsolutiertes Gefühl, das alles beherrscht, durch dauernde Konzentration auf den Partner und Eifersucht gekennzeichnet. Es besteht eine Tendenz, die Partnerin/den Partner zu idealisieren und eine Trennung wird ängstlich vermieden (Bierhoff, Grau & Ludwig, 1993). Wer besitzergreifend liebt, braucht die ständige Versicherung durch den Partner, dass sie/er geliebt wird (Lee, 1988).

Pragma, die pragmatische Liebe: Rationale Art der Partnerwahl, basiert auf der Kompatibilität der Partner und gegenseitiger Bedürfnisbefriedigung (z.B. um eine grössere Wohnung zu haben oder um Kinder zu bekommen). Zentral ist der Wunsch, die Entscheidung über eine längerfristige Beziehung auf einer soliden Grundlage zu treffen (Bierhoff & Grau, 1999).

Agape, die altruistische Liebe: Die Bedürfnisse der geliebten Person sowie die Hilfe zur Überwindung ihrer/seiner Probleme stehen im Vordergrund. Hilfsbereitschaft bis hin zur Opferbereitschaft sind wichtige Komponenten der altruistischen Liebe und beruhen oft auf Gegenseitigkeit. Jeder ist bereit, im Notfall für den anderen einzutreten (Bierhoff & Grau, 1999; Bierhoff & Rohmann, 2005).

1986 haben Hendrick und Hendrick einen Fragebogen zur Erfassung der sechs Liebesstile entwickelt (die Love Attitudes Scale [LAS]). Die deutsche Version des Fragebogens (das Marburger Einstellungs-Inventar für Liebesstile [MEIL]) wurde von Bierhoff und Klein (1991) und Bierhoff et al. (1993) entwickelt.

4.2 Liebesstile, Partnerschaft und Stressbewältigung

Die Ergebnisse bezüglich Liebesstile und wichtige Partnerschaftsvariablen wie Partnerschaftszufriedenheit, Kommunikation, Commitment sowie Stressbewältigung werden ausführlich in der theoretischen Einleitung der folgenden empirischen Studie dargestellt (Abschnitt 4.3). Hier werden ergänzend die Ergebnisse bezüglich Geschlechts-, Persönlichkeits- und Bindungsunterschieden präsentiert.

Die Ergebnisse bezüglich Geschlechtsunterschiede in der Ausprägung der Liebesstile sind inkonsistent. In einigen Studien zeigten sich Männer in ihren Liebeseinstellungen spielerischer als Frauen (Heinrick & Heinrick, 1986; Sprecher & Toro-Morn, 2002 [aber nur in der amerikanischen Stichprobe]; Neto, 2007 [in der indianischen und portugiesischen Stichprobe]) während in anderen Studien kein Geschlechtsunterschied in der Ausprägung des Liebesstils *Ludus* gefunden wurde (Gana, Saada & Untas, 2013; Sprecher & Toro-Morn, 2002 [in der chinesischen Stichprobe], Neto, 2007 [in der englischen Stichprobe]). Jonason und Kavanagh (2010) fanden in ihrer Untersuchung, dass der Geschlechtsunterschied in der Ausprägung von *Ludus* durch das Persönlichkeitskonstrukt „Dunkle Triade“ (bestehend aus Narzissmus, Psychopathie und Machiavellismus¹) teilweise mediiert wurde. Für die Autoren ist dies ein Hinweis dafür, dass der Unterschied in der Ausprägung der Liebestile nicht auf den Faktor „Geschlecht“ zurückzuführen ist, sondern auf unterschiedliche „psychische Systeme“.

Liebesstile wurden auch in Zusammenhang mit Persönlichkeitsvariablen untersucht. Davies (1996) fand in einer Untersuchung, dass *Eros* und *Ludus* positiv mit Extraversion korrelierten, während Neurotizismus positiv mit *Mania* und negativ mit *Pragma* korrelierte. Heaven, Da Silva, Carey und Hoken (2004) bezogen zusätzlich Bindungsstile in die Berechnungen ein. Sie fanden ebenfalls, dass Neurotizismus positiv mit *Mania* korrelierte, zudem fanden sie negative Korrelationen mit *Ludus* und *Eros*. Der positive Zusammenhang zwischen Neurotizismus und *Mania* und der negative Zusammenhang zwischen Neurotizismus und *Ludus* wurden vollständig durch einen ängstlichen Bindungsstil mediiert. Gemäss den Autoren zeigen diese Ergebnisse, dass Bindungsstile als „soziale Repräsentationen“ fungieren, durch welche Persönlichkeitsdimensionen wie Neurotizismus ihren Einfluss auf Liebesstile ausüben.

¹ Unter Machiavellismus versteht man ein Persönlichkeitskonstrukt mit folgenden vier Merkmalen: (1) relativ geringe affektive Beteiligung bei interpersonellen Beziehungen, (2) geringe Bindung an konventionelle Moralvorstellungen, (3) Realitätsangepasstheit und (4) geringe ideologische Bindung (Häcker & Stapf, 1998).

Auch Neumann und Bierhoff (2004) untersuchten den Zusammenhang zwischen Bindung und Liebesstilen. Die Bindungsdimension „Vermeidung“ korrelierte negativ mit *Eros* und positiv mit *Ludus*, während die Bindungsdimension „Angst“ positiv mit *Mania* und mit *Pragma* zusammenhing. In verschiedenen Studien zeigte sich, dass *Eros* positiv mit Bindungssicherheit zusammenhängt (Galinha, Oishi, Pereira, Wirtz & Esteves, 2013; Fricker & Moore, 2002), während *Mania* und *Ludus* negativ mit Bindungssicherheit zusammenhängen (Galinha et al., 2013). Die Autoren interpretierten die Ergebnisse als Hinweis dafür, dass je sicherer gebunden eine Person ist, desto risikobereiter ist sie, auch an leidenschaftliche Liebe zu glauben.

4.3 Eigener Artikel zum Thema dyadisches Coping und Liebesstile

Dyadisches Coping und Partnerschaftszufriedenheit bei verschiedenen Liebesstilen.

Autoren	Simona Gagliardi, Guy Bodenmann und Nina Heinrichs
Status	In Revision (2014)
Zeitschrift	Zeitschrift für Familienforschung

DYADISCHES COPING UND PARTNERSCHAFTSZUFRIEDENHEIT BEI VERSCHIEDENEN LIEBESSTILEN

Simona Gagliardi, Guy Bodenmann

Universität Zürich, Schweiz

Nina Heinrichs

Universität Bielefeld, Deutschland

Zusammenfassung

In den letzten vierzig Jahren wurden viele Versuche unternommen, sich der Komplexität des Forschungsgegenstandes „Liebe“ anzunähern. Lee entwickelte 1973 ein Klassifikationssystem und unterschied sechs Liebesstile: *Eros* (die romantische Liebe), *Ludus* (die spielerische Liebe), *Storge* (die freundschaftliche Liebe), *Mania* (die besitzergreifende Liebe), *Pragma* (die pragmatische Liebe) und *Agape* (die altruistische Liebe). In dieser Studie wurde der Zusammenhang zwischen Liebesstilen und der gemeinsamen Stressbewältigung analysiert. 154 Paare wurden zu ihrer Partnerschaft befragt. Die Resultate zeigten, dass *Eros* am stärksten mit dem dyadischen Coping assoziiert ist und prädiktiv sowohl für das positive als auch für das negative dyadische Coping ist. Bei den Männern erwies sich zudem *Agape* prädiktiv für das positive dyadische Coping und *Pragma* als Prädiktor für das negative dyadische Coping, während einzig bei den Frauen *Ludus* prädiktiv für das negative dyadische Coping resultierte. Implikationen für die Beratung, Paartherapie und zukünftige Forschung werden diskutiert.

Schlagwörter: Partnerschaft, dyadisches Coping, Liebesstile, Partnerschaftszufriedenheit

Autorenhinweis: Nina Heinrichs ist inzwischen an der TU Braunschweig tätig.

Love styles: Relations with dyadic coping and relationship satisfaction

Abstract

In the last forty years many attempts were made to try to approach the complexity of the object of research “love”. Lee developed 1973 a typology of six different love styles: Eros (passionate love), Ludus (game-playing love), Storge (friendship love), Pragma (logical, “shopping list” love), Mania (possessive, dependent love) and Agape (all-giving, selfless love). The present study examines the association between love styles and dyadic coping. 154 couples were assessed on a variety of relationships measures. Our findings indicated that Eros is most strongly associated with dyadic coping and predictive both for the positive and for the negative dyadic coping. For men Agape turned out to be predictive for the positive dyadic coping and Pragma appeared as a predictor for the negative dyadic coping. Ludus resulted to be predictive for negative dyadic coping only for women. Implication for counseling, couple therapy and future research are discussed.

Key words: close relationship, dyadic coping, love styles, relationship satisfaction

EINLEITUNG

Eine feste Beziehung zu haben beurteilen die meisten Menschen laut Umfragen als eines der wichtigsten Ziele im Leben (Wiese et al. 2000) und in einer Studie von Bodenmann (2003) gaben 97% der untersuchten Gymnasiastinnen/Gymnasiasten an, eine Partnerschaft sei für sie am wichtigsten für ihre Lebenszufriedenheit. Liebe, als eines der wichtigsten Gefühle in Partnerschaften, gehört zu den schönsten und intensivsten Erfahrungen im Leben (Baumeister et al. 1993) und sie ist das Gefühl, für das sich die Menschheit am meisten interessiert (Galliker 2009).

Liebe kann dabei entweder als eindimensionales oder als mehrdimensionales Konstrukt aufgefasst werden: eine eindimensionale Definition (z.B. Rubin 1970, S. 265) kennzeichnet Liebe als eine Einstellung, die eine Person im Hinblick auf eine Zielperson hat und die ihr Denken, Fühlen und Handeln im Hinblick auf diese Zielperson bestimmt. Andererseits haben mehrere Autorinnen/Autoren unabhängig voneinander Liebe auch als mehrdimensionales Einstellungssystem verstanden (z.B. Liebesstile nach Lee 1973). Zu den Ersten, die ein solches multidimensionales Konstrukt definierten, gehört Sternberg (1986). Seine trianguläre Theorie der Liebe unterscheidet drei Dimensionen der Liebe: Leidenschaft, Intimität und Commitment/Verbindlichkeit. Für jedes Paar kann man je nach Ausprägung der jeweiligen Komponente ein idiosynkratisches Dreieck der Liebe erstellen. Die Vorteile mehrdimensionaler gegenüber eindimensionaler Ansätze sind, dass erstere die Komplexität, die Vielseitigkeit sowie die Vielschichtigkeit der persönlichen Liebeserfahrung abzubilden versuchen.

Um der Vielfalt der Liebeserfahrungen gerecht zu werden, hat Lee (1973) ein Klassifikationssystem der Liebesstile entwickelt, welches mehr als drei Dimensionen enthält. Nach einer Sammlung und Analyse von mehr als 4000 Liebesbeschreibungen aus Literatur und Philosophie und auf der Grundlage strukturierter Interviews identifizierte er zuerst neun Liebesstile, die dann auf sechs reduziert wurden. Um die Gleichwertigkeit der unterschiedlichen Liebesstile zu betonen, verwendet Lee die Analogie des Farbenkreises: Dieser besteht aus der Kombination von Grundfarben (rot, blau, gelb) und den sich zwischen diesen Primärfarben durch Mischung ergebenden Sekundärfarben (orange, grün, violett). Ähnlich ordnet er die sechs Liebesstile in einem Kreis aus primären und sekundären Liebesstilen an (siehe Abbildung 1). Dabei wird davon ausgegangen, dass die drei primären und die drei sekundären Liebesstile gleichberechtigt nebeneinanderstehen (Amelang 1991; Bierhoff et al. 1993).

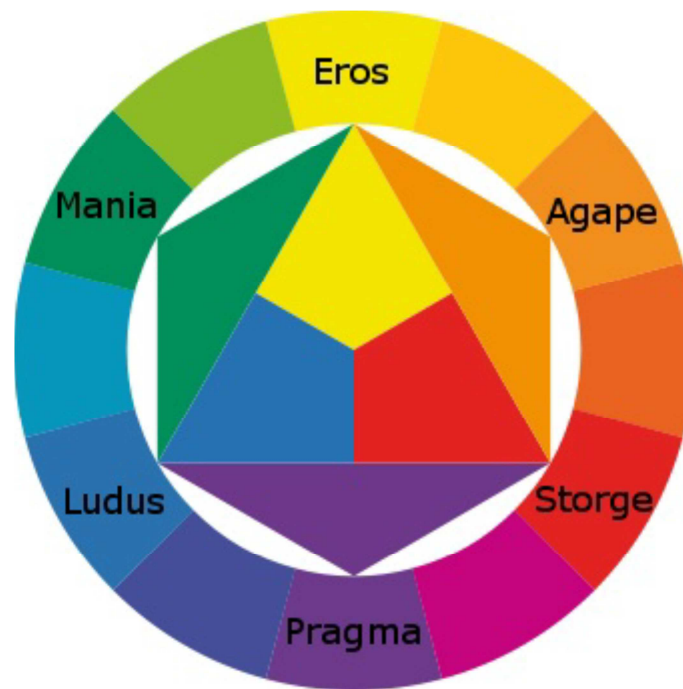


Abbildung I: Farbkreis für die sechs Liebesstile (Singer, 2012, S. 19, nach Lee 1973), primäre Liebesstile sind blau, gelb und rot gehalten, sekundäre in violett, grün und orange.

Die sechs Liebesstile nach Lee (1973) sind:

Eros, die romantische Liebe: Sie beruht auf der erotischen Anziehung durch die geliebte Person, die eine physiologische Erregung auslöst.

Ludus, die spielerische Liebe: Liebe als Spiel, die Verführung, sexuelle Freiheit und sexuelle Abenteuer betont.

Storge, die freundschaftliche Liebe: Sie entsteht aus einer langen Freundschaft, oft auf der Grundlage gleicher Interessen und gemeinsamer Aktivitäten. Der sexuelle Kontakt setzt oft relativ spät ein.

Mania, die besitzergreifende Liebe: Liebe als verabsolutiertes Gefühl, durch dauernde Konzentration auf den Partner und Eifersucht gekennzeichnet.

Pragma, die pragmatische Liebe: Sie basiert auf Kompatibilität der Partner und gegenseitiger Bedürfnisbefriedigung (z.B. um eine grössere Wohnung zu haben oder um Kinder zu bekommen).

Agape, die altruistische Liebe: Die Sorge um das Wohl der geliebten Person sowie die Hilfe zur Überwindung ihrer/seiner Probleme stehen im Vordergrund.

Das Konzept von Lee regte zahlreiche Untersuchungen an. Liebesstile wurden in Zusammenhang mit Persönlichkeits- (Davies 1996) und Bindungsvariablen (Heaven et al. 2004; Neumann/Bierhoff

2004) untersucht und Geschlechter- sowie kulturelle Unterschiede wurden erforscht (Galinha et al. 2013; Gana et al. 2013; Jonason/Kavanagh 2010; Neto 2007; Sprecher/Toro-Morn 2002).

Hendrick und Hendrick haben 1986 einen Fragebogen zur Erfassung der sechs Liebesstile entwickelt (die Love Attitudes Scale [LAS]). In ihren Untersuchungen fanden sie, dass romantische Liebe eher bei Personen mit einem hohen Selbstwertgefühl auftritt, während besitzergreifende Liebe eher bei Personen mit einem niedrigen Selbstwertgefühl zu finden ist. Auch Mallandain und Davies (1994) fanden eine positive Korrelation zwischen hohem Selbstwertgefühl und Eros, während hohes Selbstwertgefühl negativ mit Mania, Storge und Agape korrelierte.

Der deutschsprachige Fragebogen zur Erfassung der Liebesstile (das Marburger Einstellungs-Inventar für Liebesstile [MEIL]) basiert auf dem Fragebogen von Hendrick und Hendrick (1986) und wurde von Bierhoff und Klein (1991) und Bierhoff, Grau und Ludwig (1993) entwickelt.

Amelang (1992) zeigte in einer Studie, dass romantische und spielerische Liebe eher partnerabhängig sind, während freundschaftliche, pragmatische, besitzergreifende und altruistische Liebe Eigenschaften sind, die über verschiedene Partnerschaften relativ stabil bleiben. Waller und Shaver (1994) führten eine Zwillingsstudie durch und fanden, dass die bevorzugten Liebesstile auf eine gemeinsame familiäre Umgebung zurückzuführen und nicht angeboren sind.

Eine wichtige Frage in Bezug auf die Liebesstile ist, inwiefern diese mit der Partnerschaftszufriedenheit zusammenhängen. Studien dazu fanden lediglich signifikante Zusammenhänge beim romantischen, altruistischen sowie spielerischen Liebesstil. *Eros* hängt durchgehend positiv mit Partnerschaftszufriedenheit zusammen (Fricker/Moore 2002; Galinha et al. 2013), während in weiteren Studien zusätzlich ein positiver Zusammenhang zwischen *Agape* und Partnerschaftszufriedenheit gefunden wurde (Bierhoff et al. 1993; Hendrick et al. 1988; Morrow et al. 1995; Lin/Huddleston-Casas 2005; Gana et al. 2013 [jedoch nur bei den Männern]). *Ludus* hingegen hängt negativ mit Partnerschaftszufriedenheit zusammen (Bierhoff et al. 1993; Fricker/Moore 2002; Hendrick et al. 1988; Morrow et al. 1995).

Die Studie von Fricker und Moore (2002) zeigte, dass *Eros* sowohl einen direkten positiven Effekt als auch einen indirekten positiven Effekt über die sexuelle Zufriedenheit auf die Partnerschaftszufriedenheit hat. *Ludus* hingegen hatte sowohl direkte negative Effekte als auch indirekte negative Effekte über die sexuelle Zufriedenheit auf die Partnerschaftszufriedenheit.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass bei den Liebestilen vor allem Eros und Agape positiv und Ludus negativ mit der Partnerschaftszufriedenheit zusammen hängen.

Zudem beeinflussen Liebesstile partnerschaftliche Verhaltensweisen (wie z.B. Selbstöffnung, Commitment) zur Intensivierung und Aufrechterhaltung einer Beziehung (Goodboy et al. 2010; Hammock/Richardson 2011; Levine et al. 2006; Levy/Davis 1988). Individuen mit höherer Ausprägung auf den Liebesstilen *Eros* oder *Agape* öffnen sich vermehrt dem Partner gegenüber (Hendrick/Hendrick 1987), engagieren sich mehr in der Partnerschaft (Aron/Westbay 1996; Davis 1999; Levy/Davis 1988; Morrow et al. 1995) und wenden häufig konstruktive Wege zur Lösung von Konflikten an, wie z. B. Kompromisse schliessen (Levy/Davis 1988). Eine höhere Ausprägung auf dem Liebesstil *Ludus* geht mit niedrigem Commitment (Davis 1999; Aron/Westbay 1996; Morrow et al 1995; Levy/Davis 1988), weniger Selbstöffnung (Hammock/Richardson 2011; Hendrick/Hendrick 1987) und seltener Anwendung von konstruktiven Konfliktlösungen (Levy/Davis 1988) in der Partnerschaft einher.

Ein anderer und für die Partnerschaftszufriedenheit ebenfalls wesentlicher Faktor ist neben dem Liebesstil auch die Art und Weise, wie Partner gemeinsam mit Belastungen umgehen (Bodenmann 2000; Herzberg, 2013; Papp/Witt, 2010). Diese Form der interpersonellen Belastungsbewältigung wird als dyadisches Coping definiert (Bodenmann 2000). Es wird davon ausgegangen, dass in Partnerschaften Stressereignisse direkt oder indirekt immer beide Partner betreffen. Stresssignale des einen Partners (verbale oder non-verbale Stresskommunikation) werden vom anderen Partner wahrgenommen, interpretiert sowie dekodiert und lösen eine Antwortreaktion aus (z. B. Ignorieren, Unterstützung anbieten, Ratschläge geben, Aufgaben übernehmen). Die Antwortreaktionen können hinsichtlich negativer (negatives dyadisches Coping, z.B. dem Partner zu verstehen geben, dass er anders mit Stress umzugehen lernen sollte) und positiver Strategien (supportives [z.B. empathisches Verständnis für den Stress des Partners], delegiertes [z.B. Übernahme von Tätigkeiten anstelle des Partners] und gemeinsames dyadisches Coping [z.B. gemeinsame Lösungssuche]; siehe auch Bodenmann, 2000) zusammengefasst werden. Das totale negative dyadische Coping setzt sich aus dem eigenen negativen dyadischen Coping sowie dem des Partners, das totale positive dyadische Coping setzt sich aus dem eigenen supportiven und delegierten dyadischen Coping, dem supportiven und delegierten dyadischen Coping des Partners sowie dem gemeinsamen dyadischen Coping zusammen. Neben einer Stressreduktionsfunktion hat das positive dyadische Coping auch eine Kohäsionsfunktion, indem das „Wir-Gefühl“ des Paares und das gegenseitige Vertrauen aufgebaut und gefestigt werden. Zudem wird eine kognitive Repräsentation gebildet, die die Partnerschaft als hilfreich, unterstützend und wertvoll bewertet (Bodenmann 2000).

Da Liebesstile die partnerschaftlichen Verhaltensweisen zur Intensivierung und Aufrechterhaltung einer Beziehung beeinflussen, gehen wir davon aus, dass auch Zusammenhänge zwischen Liebesstilen und dyadischem Coping vorliegen. Insbesondere *Eros*, *Agape* und *Ludus* könnten mit Verhaltensweisen assoziiert sein, die die Partnerschaftsqualität beeinflussen. Fundiertes Grundlagenwissen zu Liebesstilen und ihrer Bedeutung für Copingprozesse bei Paaren ist wichtig, um präventive sowie therapeutische Angebote für Paare zu optimieren. Das Bewusstsein, dass es unterschiedliche Arten zu lieben gibt und der Austausch darüber, wie es bei einem selber und beim Partner aussieht, könnten für die Paare hilfreich sein und für die Beraterin/den Berater oder für die Therapeutin/den Therapeuten eine Möglichkeit darstellen, das gegenseitige Verständnis bei den Klientinnen/Klienten zu fördern, wie Hendrick (2004, S. 22ff.) in einem Therapieausschnitt eindrücklich zeigt.

HYPOTHESEN

Auf der Grundlage der beschriebenen theoretischen Überlegungen und empirischer Forschungsergebnisse werden folgende Hypothesen formuliert:

1. Wir erwarten, dass die Liebesstile *Eros* und *Agape* sich als Prädiktoren für das totale positive dyadische Coping erweisen, weil Individuen mit höherer Ausprägung auf diesen Liebesstilen mehr Selbstöffnung zeigen, sich mehr in der Partnerschaft engagieren, häufiger konstruktive Wege zur Lösung von Konflikten anwenden und über eine höhere Partnerschaftszufriedenheit berichten.
2. Wir erwarten, dass der Liebesstil *Ludus* sich als Prädiktor für das totale negative dyadische Coping erweist, da *Ludus* mit geringem Commitment in der Partnerschaft, weniger Selbstöffnung und seltener Anwendung von konstruktiven Konfliktlösungen einhergeht sowie negativ mit der Partnerschaftszufriedenheit zusammenhängt.
3. Zusätzlich soll geklärt werden, ob weitere Zusammenhänge zwischen den übrigen Liebesstilen *Storge*, *Mania* sowie *Pragma* und dem positiven sowie negativen dyadischen Coping bestehen.

Da bezüglich dieser Liebesstile spärliche Befunde vorliegen, handelt es sich bei dieser Hypothese um eine explorative Fragestellung.

4. Als Replizierung früherer Studien (Bierhoff et al. 1993; Fricker/Moore 2002; Galinha et al. 2013; Gana et al. 2013; Hendrick et al. 1988; Lin/Huddleston-Casas 2005; Morrow et al. 1995) erwarten wir, dass *Eros*, *Agape* und *Ludus* sich als Prädiktoren für die Partnerschaftszufriedenheit erweisen. Dabei nehmen wir an, dass *Eros* und *Agape* mit höherer Partnerschaftszufriedenheit einhergehen, während *Ludus* mit niedrigerer Partnerschaftszufriedenheit zusammenhängen sollte.

METHODE

Stichprobe

Die Rekrutierung erfolgte über Aushänge und durch Hinweise auf die Studie in Vorlesungen an den Universitäten Fribourg (Schweiz) und Bielefeld (Deutschland). Die Fragebögen sollten gemäss Instruktion von beiden Partnern unabhängig voneinander ausgefüllt werden. Die Fragebogen konnten getrennt voneinander und anonymisiert in einem bzw. zwei Briefumschlägen persönlich oder per Post an die jeweiligen Forscherteams zurück geschickt werden.

An der Untersuchung nahmen 154 Paare teil: 53 Paare wurden in der Schweiz und 101 Paare in Deutschland rekrutiert. Der Altersdurchschnitt der Frauen lag bei 32.9 Jahren ($SD = 11.9$), derjenige der Männer bei 35.2 Jahren ($SD = 12.3$). 40.3% der Frauen als auch der Männer hatten einen Hochschul- bzw. Universitätsabschluss, 50.6% der Frauen und 48.1% der Männer hatten einen Mittelschul- bzw. Berufsschulabschluss, während 9.1% der Frauen und 11.6% der Männer einen Sekundarschul- bzw. Primarschulabschluss als höchste Ausbildung aufwiesen. 24.8% der Frauen und 65.2% der Männer waren mehr als 80% erwerbstätig. Zwei Drittel der teilnehmenden Paare wohnten zusammen (66.9%), 39.6% waren verheiratet und 35.7% hatten Kinder ($M = 0.75$, $SD = 1.10$). Die Partnerschaftsdauer betrug durchschnittlich 8.7 Jahre ($SD = 9.2$). Die Paare aus Deutschland und der Schweiz unterscheiden sich in keiner der wesentlichen Studienvariablen (z.B. dyadisches Coping), so dass die gesamte Stichprobe als Basis der Analyse herangezogen werden konnte.

Messinstrumente

(a) *Demographische Daten*. Es wurden Angaben zu Alter, Geschlecht, Nationalität, Zivilstand, Wohnform, Partnerschaftsdauer, Kinderzahl, Bildungsniveau, Einkommen und Erwerbstätigkeit der Teilnehmerinnen/Teilnehmer erhoben.

(b) *Marburger Einstellungs-Inventar für Liebesstile (MEIL)*: Dieses Verfahren von Bierhoff et al. (1993) dient der differenzierten Erfassung von Liebe und Zuneigung in Paarbeziehungen. Bezugsrahmen für das vorliegende Verfahren ist die Theorie der Liebesstile von Lee (1973), der selber keine Einstellungsskalen entwickelte, sondern die Liebesstile durch Interviews erfasste. Der Fragebogen besteht aus 6 Skalen mit jeweils 10 Items. Die Antworten werden auf einer 9-stufigen Skala (1 = absolut falsch bis 9 = absolut richtig) erhoben. Das MEIL erfasst folgende sechs Dimensionen: Eros (die romantische Liebe, $\alpha = .88$, z.B. „Mein Partner hat für mich eine grosse erotische Ausstrahlung.“), Ludus (die spielerische Liebe, $\alpha = .76$, z.B. „Wenn mein Partner nicht dabei ist, flirte ich gerne mal mit anderen.“), Storge (die freundschaftliche Liebe, $\alpha = .82$, z.B. „Die beste Art von Liebe entsteht aus einer engen Freundschaft.“), Mania (die besitzergreifende Liebe, $\alpha = .80$, z.B. „Meine Stimmung ist stark von der Qualität meiner Beziehung abhängig.“), Pragma (die pragmatische Liebe, $\alpha = .85$, z.B. „Ich gehe nur dann mit einer Person eine Liebesbeziehung ein, wenn ihre Pläne mit den meinen in Einklang zu bringen sind.“) und Agape (die altruistische Liebe, $\alpha = .90$, z.B. „Ich würde alles aushalten für das Wohl meines Partners“.). Die Retest-Reliabilität nach 12 Monaten liegt bei Werten zwischen $r = .67$ (Pragma) bis $r = .81$ (Agape). Insgesamt kann damit sowohl die interne Konsistenz, als auch die Wiederholungsreliabilität der einzelnen Skalen als befriedigend bis gut bezeichnet werden.

(c) *Dyadic Adjustment Scale (DAS)*: Der Fragebogen von Spanier (1976) misst die subjektive Qualität der Partnerschaft. Die Skala umfasst 32 Items und der Gesamtwert (Summenwert, Range: 0-151; $\square = .92$) setzt sich aus folgenden vier Subskalen zusammen: (a) Dyadische Übereinstimmung (Range: 0-65; $\square = .87$), (b) Erfüllung in der Partnerschaft (Range: 0-50; $\square = .82$), (c) Ausdruck von Gefühlen (Range: 0-12; $\square = .63$) und (d) partnerschaftlicher Zusammenhalt (Range: 0-20; $\square = .75$). Der Cutoff-Wert von 107 wird verwendet, um zwischen unglücklichen (Gesamtwert unter 107) und glücklichen Paaren (Gesamtwert über 107) zu unterscheiden (Crane et al. 1990). Die Kriteriums- und Konstruktvalidität der deutschen Version des Fragebogens sind gut (Klann et al. 2003).

(d) *Dyadisches Coping Inventar (DCI)*: Dieser Fragebogen von Bodenmann (2008) erfasst mit 37 Items den Umgang von Paaren mit Belastungssituationen. Die Items werden auf einer 5-stufigen Skala (1 = sehr selten bis 5 = sehr oft) beantwortet. Folgende Subskalen wurden eingesetzt: Stresskommunikation (eigene [$\alpha = .73$], des Partners [$\alpha = .70$]), supportives dyadisches Coping (eigenes [$\alpha = .85$], des Partners [$\alpha = .89$]), negatives dyadisches Coping (eigenes [$\alpha = .58$], des Partners [$\alpha = .69$]), delegiertes dyadisches Coping (eigenes [$\alpha = .77$], des Partners [$\alpha = .78$]), gemeinsames dyadisches Coping ($\alpha = .81$). Die Skalen können hinsichtlich negativer und positiver Strategien zusammengefasst werden. Totales negatives dyadisches Coping setzt sich aus dem negativen eigenen dyadischen Coping sowie dem des Partners zusammen ($\alpha = .76$) und das totale positive dyadische Coping setzt sich aus dem eigenen supportiven und delegierten dyadischen Coping, dem supportiven und delegierten dyadischen Coping des Partners sowie dem gemeinsamen dyadischen Coping zusammen ($\alpha = .92$). Die Konstruktvalidität, die kriterienbezogene Validität und die Retest-Reliabilität des Instruments können als befriedigend bis gut eingeschätzt werden (Bodenmann, 2008).

Statistisches Vorgehen

Zur Überprüfung der Hypothesen wurden multiple lineare Regressionsanalysen getrennt nach Geschlecht durchgeführt. In der ersten Analyse wurde das totale positive dyadische Coping, in der zweiten Analyse das totale negative dyadische Coping und in der dritten Analyse die Partnerschaftszufriedenheit vorhergesagt. Als unabhängige Variablen wurden die sechs Liebesstile und als abhängige Variable jeweils die eigene Einschätzung des totalen positiven dyadischen Copings, des totalen negativen dyadischen Copings und der Partnerschaftszufriedenheit definiert.

Auf APIM-Modelle wurde trotz dem Vorliegen von dyadischen Daten verzichtet, da die Frage von Actor- und Partnereffekten nicht interessierte. Vielmehr interessieren lediglich die Zusammenhänge zwischen den Variablen innerhalb der Männer und Frauen (nur Actor-Effekte), weshalb Regressionsanalysen getrennt nach Geschlecht, d.h. innerhalb der Männer und innerhalb der Frauen gerechnet wurden. Da die Daten zwischen Männern und Frauen aufgrund ihrer Konstellation (Paardaten) voneinander abhängig sind (Interdependenz), werden keine Vergleiche zwischen den Geschlechtern angestrebt. Allein die Prädiktion innerhalb der Frauen und Männer ist in diesem Artikel von Interesse.

Die Anwendungsvoraussetzungen für Regressionsanalysen waren erfüllt: Zur Überprüfung der Linearität in den Regressionsparametern wurden Histogramme der standardisierten Residuen betrachtet, wonach diese Bedingung weitgehend erfüllt war. Auch sollten die Fehlerwerte voneinander unabhängig sein. Die Überprüfung der Autokorrelationen mittels Durbin-Watson-Test ergab durchgehend Werte zwischen 2.00 und 2.25. Diese Voraussetzung war somit erfüllt. Eine weitere Voraussetzung der multiplen linearen Regressionsanalyse bildet die Homoskedastizität (Varianzhomogenität der Residuen). Zur Überprüfung der Streuung der Residuen, welche konstant sein sollte, wurden die Scatterplots betrachtet. Die Voraussetzung der Homoskedastizität war erfüllt. Schliesslich sollte keine Multikollinearität vorliegen, d.h. zwischen den Prädiktorvariablen darf keine lineare Abhängigkeit bestehen. Die Toleranzwerte lagen zwischen .62 und .81 und die VIF (variance inflation factor) - Werte zwischen 1.23 und 1.89, womit diese Voraussetzung ebenfalls erfüllt war.

ERGEBNISSE

Deskriptive Statistik

Sowohl Frauen als auch Männer erzielten die höchsten Werte im Liebesstil *Eros*, gefolgt von *Agape* (siehe Tabelle 1). Bei den Frauen folgten die Liebesstile *Mania* und *Storge*, während es bei den Männern genau umgekehrt war. Bei beiden Geschlechtern gab es die zweitniedrigste Ausprägung beim Liebesstil *Pragma* und die tiefsten Werte waren beim Liebesstil *Ludus* zu finden. Beide Geschlechter praktizierten mehr positives (3.67 die Frauen bzw. 3.74 die Männer) als negatives dyadisches Coping (1.76 bzw. 1.74) und schätzten ihre Partnerschaft als glücklich ein (108.16 bzw. 110.14).

Tabelle 1. Mittelwert und Standardabweichung der untersuchten Variablen in Abhängigkeit des Geschlechts

	Frauen (N = 154)		Männer (N = 154)	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
Eros	6.80	1.71	6.98	1.57
Ludus	2.78	1.45	2.70	1.35
Storge	5.42	1.60	5.29	1.62
Mania	5.43	1.45	5.05	1.53
Pragma	4.38	1.51	4.09	1.63
Agape	6.18	1.52	6.79	1.36
Totales positives DC	3.67	0.61	3.74	0.55
Totales negatives DC	1.76	0.65	1.74	0.60
Partnerschaftszufriedenheit	108.16	17.78	110.14	17.06

Anmerkungen. DC = dyadisches Coping. Die Rohwerte der Liebesstilskalen können zwischen 1 und 10, die Rohwerte des DC zwischen 1 und 5 und die Rohwerte der Partnerschaftszufriedenheit zwischen 0-151 variieren.

Zusammenhänge zwischen Liebesstilen, dyadischem Coping und Partnerschaftszufriedenheit

Wie erwartet korrelierten die Liebesstile *Eros* und *Agape* sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern positiv mit dem totalen positiven dyadischen Coping und mit der Partnerschaftszufriedenheit (siehe Tabelle 2). *Ludus* korrelierte bei beiden Geschlechtern negativ mit dem totalen positiven dyadischen Coping und mit der Partnerschaftszufriedenheit, während bei den Männern zusätzlich *Storge* und bei den Frauen *Mania* positiv mit dem totalen positiven dyadischen Coping korrelierte. Hypothesenkonform korrelierte *Ludus* sowohl bei den Frauen als auch bei den Männern positiv mit dem totalen negativen dyadischen Coping. Bei beiden Geschlechtern korrelierte zudem *Eros* negativ und *Pragma* positiv mit dem totalen negativen dyadischen Coping. *Storge* korrelierte bei beiden Geschlechtern positiv mit der Partnerschaftszufriedenheit.

Insgesamt konnten mit den Liebesstilen 37% (bei den Frauen) bzw. 40% (bei den Männern) der Varianz des totalen positiven dyadischen Copings aufgeklärt werden. Wie aus Tabelle 3 ersichtlich ist, erweist sich *Eros* sowohl bei den Frauen ($\beta = .50$, $p < .001$) als auch bei den Männern ($\beta = .25$, $p < .01$) als Prädiktor für das totale positive dyadische Coping. *Agape* resultiert bei den Männern als

Prädiktor für das totale positive dyadische Coping ($\beta = .42, p < .001$), nicht aber bei den Frauen ($\beta = .01, p = .939$). Hypothese 1 gilt somit als teilweise bestätigt.

36% (bei den Frauen) bzw. 23% (bei den Männern) der Varianz des totalen negativen dyadischen Copings konnten mit den Liebesstilen aufgeklärt werden. Hypothesenkonform zeigte sich bei den Frauen *Ludus* als Prädiktor ($\beta = .36, p < .001$) des totalen negativen dyadischen Copings, nicht aber bei den Männern ($\beta = .03, p = .690$). Auch Hypothese 2 gilt somit als teilweise bestätigt.

Zusätzlich resultierte *Eros* sowohl bei den Frauen ($\beta = -.38, p < .001$) als auch bei den Männern ($\beta = -.30, p < .01$) als Prädiktor für das totale negative dyadische Coping. Bei den Männern erwies sich auch *Pragma* als Prädiktor für das totale negative dyadische Coping ($\beta = .24, p < .01$).

55% der Varianz der Partnerschaftszufriedenheit (bei den Frauen) bzw. 46% (bei den Männern) konnten mit den Liebesstilen aufgeklärt werden (siehe Tabelle 4). Konsistent mit unserer vierten Hypothese erweist sich *Eros* sowohl bei den Frauen ($\beta = .54, p < .001$) als auch bei den Männern ($\beta = .47, p < .001$) als Prädiktor für die Partnerschaftszufriedenheit. *Agape* resultierte einzig bei den Männern ($\beta = .22, p < .05$), *Ludus* lediglich bei den Frauen ($\beta = -.27, p < .001$) als Prädiktor für die Partnerschaftszufriedenheit. Hypothese 4 gilt somit als teilweise bestätigt. Zudem zeigte sich bei den Frauen *Pragma* als Prädiktor ($\beta = .17, p < .05$) für die Partnerschaftszufriedenheit.

Tabelle 2. Korrelationen zwischen den Studienvariablen, für Frauen (über der Diagonale), für Männer (unter der Diagonale) und für die Dyade (in der Diagonale)

Variablen	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. Eros	.62**	-.49**	.08	.25**	-.03	.45**	.58**	-.50**	.67**
2. Ludus	-.39**	.30**	-.12	-.12	.11	-.38**	-.39**	.50**	-.53**
3. Storge	.07	-.11	.41**	.16	.39**	.31**	.06	.01	.19*
4. Mania	.13	.00	.07	.31**	.10	.50**	.21**	-.03	.12
5. Pragma	-.03	.10	.40**	.09	.34**	.22**	.07	.17*	.13
6. Agape	.55**	-.28**	.18*	.44**	.07	.39**	.33**	-.14	.40**
7. Totales positives DC	.51**	-.29**	.18*	.15	.00	.57**	.45**	-.69**	.62**
8. Totales negatives DC	-.39**	.24**	-.09	.08	.20*	-.25**	-.50**	.50**	-.61**
9. Partnerschaftszufriedenheit	.64**	-.36**	.20*	.12	.06	.50**	.61**	-.53**	.74**

Anmerkungen. * $p < 0.05$; ** $p < 0.01$; DC = dyadisches Coping.

4. Dyadisches Coping und Liebesstile

Tabelle 3. Ergebnisse der beiden multiplen linearen Regressionsanalysen zur Vorhersage von totalem positivem dyadischem Coping und totalem negativem dyadischem Coping.

	Totales positives dyadisches Coping								Totales negatives dyadisches Coping							
	Frauen (N = 154)				Männer (N = 154)				Frauen (N = 154)				Männer (N = 154)			
	β	p	R^2	VIF	β	p	R^2	VIF	β	p	R^2	VIF	β	p	R^2	VIF
Eros	.50	.000		1.50	.25	.004		1.61	-.38	.000		1.50	-.30	.003		1.61
Ludus	-.14	.072		1.44	-.05	.520		1.23	.36	.000		1.44	.03	.690		1.23
Storge	-.05	.505		1.25	.13	.077		1.28	.00	.960		1.25	-.12	.170		1.28
Mania	.07	.397		1.36	-.05	.511		1.28	.04	.596		1.36	.12	.166		1.28
Pragma	.12	.100		1.24	-.07	.343		1.25	.08	.285		1.24	.24	.006		1.25
Agape	.01	.939		1.84	.42	.000		1.89	.12	.176		1.84	-.16	.125		1.89
			.37				.40				.36				.23	

Anmerkungen. β = standardisiertes Regressionsgewicht, p = Signifikanz, R^2 = Determinationskoeffizient, VIF = Variance Inflation Factor.

Tabelle 4. Ergebnisse der multiplen linearen Regressionsanalysen zur Vorhersage der Partnerschaftszufriedenheit (Gesamtwert DAS)

	Partnerschaftszufriedenheit							
	Frauen (N = 154)				Männer (N = 154)			
	β	p	R^2	VIF	β	p	R^2	VIF
Eros	.54	.000		1.50	.47	.000		1.61
Ludus	-.27	.000		1.44	-.10	.164		1.23
Storge	.06	.356		1.25	.13	.065		1.28
Mania	-.10	.149		1.36	-.04	.579		1.28
Pragma	.17	.007		1.24	.01	.842		1.25
Agape	.05	.527		1.84	.22	.014		1.89
	.55				.46			

Anmerkungen. β = standardisiertes Regressionsgewicht, p = Signifikanz, R^2 = Determinationskoeffizient, VIF = Variance Inflation Factor.

ZUSAMMENFASSUNG UND DISKUSSION

Ziel dieser Untersuchung war es, die Zusammenhänge zwischen Liebesstilen und der gemeinsamen Stressbewältigung zu untersuchen. Insgesamt zeigte sich, dass der romantische Liebesstil am stärksten mit dem dyadischen Coping assoziiert und prädiktiv sowohl für das positive als auch für das negative dyadische Coping ist.

Hypothesenkonform unterstützen in Stresssituationen Personen mit einer hohen Ausprägung auf dem Liebesstil *Eros* den Partner mehr (z. B. durch verständnisvolles Zuhören oder Mithilfe bei der Analyse eines Problems), sie fühlen sich wiederum mehr durch den Partner unterstützt und bewältigen Probleme vermehrt gemeinsam. Gleichzeitig zeigen Individuen mit einer hohen Ausprägung auf dem Liebesstil *Eros* in Belastungssituationen weniger negative Verhaltensweisen (z. B. Ignorieren des Stresses des Partners oder abwertende Bemerkungen) und gemäss ihrer

Einschätzung greifen ihre Partner in Stresssituationen seltener auf negative Verhaltensweisen zurück.

Diese Ergebnisse decken sich mit den Befunden früherer Studien (Fricker/Moore 2002; Galinha et al. 2013; Gana et al. 2013), die durchgehend einen positiven Zusammenhang zwischen *Eros* und Partnerschaftszufriedenheit gefunden hatten. Zudem stehen sie in Einklang mit den Befunden von Fricker und Moore (2002), die gezeigt hatten, dass *Eros* sowohl einen direkten als auch einen indirekten positiven Effekt über die sexuelle Zufriedenheit auf die Partnerschaftszufriedenheit hat.

Erwartungsgemäss zeigte sich der altruistische Liebesstil *Agape* prädiktiv für das totale positive dyadische Coping, jedoch lediglich bei den Männern. Dass bei den Frauen der altruistische Liebesstil nicht als signifikanter Prädiktor für das positive dyadische Coping resultierte, könnte dadurch erklärt werden, dass Frauen stärker als Männer beziehungsorientiert erzogen werden (Hassebrauck, 2003; Eagly 1987) und dazu tendieren, die Verantwortung für Beziehungen zu übernehmen (Levenson et al. 1993) sowie die Bedürfnisse anderer ins Zentrum zu stellen (v.a. von Familienmitgliedern wie Kinder, Partner; Bernard 1981). Es ist deshalb denkbar, dass eine höhere Ausprägung von *Agape* die gemeinsame Stressbewältigung nicht zusätzlich beeinflusst.

Auch Kunkel und Burleson (2003) fanden in ihrer Studie einen Geschlechterunterschied bei Männern und Frauen mit einem altruistischen Liebesstil. Sie untersuchten die Zusammenhänge zwischen Liebesstilen und der Evaluation von Kommunikationskompetenzen. Bei Männern fanden sie einen starken positiven Zusammenhang zwischen der Ausprägung des Liebesstils *Agape* und der eingeschätzten Wichtigkeit der Fähigkeit „gegenseitig befriedigende Konfliktlösungen finden zu können“, während sie bei Frauen eine schwache positive Korrelation zwischen den beiden Variablen fanden.

Bezüglich der Vorhersage des totalen negativen dyadischen Copings zeigte sich bei den Frauen hypothesenkonform *Ludus* als signifikanter Prädiktor. Frauen, die den spielerischen Aspekt der Liebe bevorzugen und unverbindliche, gegebenenfalls auch mehrere parallele Beziehungen führen, zeigen vermehrt negative Verhaltensweisen im gemeinsamen Umgang mit Belastungssituationen und nehmen diese öfters auch bei ihren Partnern wahr. Diese Befunde stimmen überein mit den Ergebnissen anderer Studien, in denen gefunden wurde, dass eine höhere Ausprägung auf dem Liebesstil *Ludus* mit geringem Commitment in der Partnerschaft (Aron/Westbay 1996; Morrow et al. 1995; Levy/Davis 1988) und seltener Anwendung von konstruktiven Konfliktlösungen einhergeht (Levy/Davis 1988).

Ludus resultierte jedoch nicht als signifikanter Prädiktor für das totale negative dyadische Coping bei den Männern. Eine mögliche Erklärung dafür ist, dass Männer, welche die Liebe als Spiel auffassen, weniger bereit sind, sich mit Verhaltensweisen für die Aufrechterhaltung der Beziehung zu engagieren (Levine et al. 2006), weder in eine positive noch in eine negative Richtung (wie es beim negativen dyadischen Coping der Fall wäre). Frauen, die wie oben erwähnt beziehungsorientierter erzogen werden (Eagly 1987), könnte diese „Distanzierung“ schwerer fallen.

In den explorativen Analysen resultierte bei den Männern *Pragma* als Prädiktor für das totale negative dyadische Coping. Männer, die auf die Kompatibilität mit der Partnerin und auf die gegenseitige Bedürfnisbefriedigung fokussieren, zeigen negativere Belastungsbewältigungsstrategien und nehmen solche Verhaltensweisen bei ihren Partnerinnen vermehrt wahr. Hammock und Richardson (2011) haben in ihrer Studie gefunden, dass Männer mit einer höheren Ausprägung auf *Pragma* eine Partnerin suchten, die „sowohl kompatibel als auch akzeptabel für die Anderen ist“, während Frauen mit einem pragmatischen Liebesstil einen Partner suchten, der zusätzlich auch noch romantisch und leidenschaftlich ist. Es ist möglich, dass eine reine pragmatische Herangehensweise an eine Paarbeziehung dazu führen könnte, dass solche Männer eher dazu neigen, negative Verhaltensweisen bei der gemeinsamen Stressbewältigung zu zeigen.

Bezüglich der Partnerschaftszufriedenheit konnten wir die Ergebnisse früherer Studien replizieren (Fricker/Moore 2002; Galinha et al. 2013; Gana et al. 2013; Hendrick et al. 1988), indem eine höhere Ausprägung auf dem Liebesstil *Eros* mit höherer Partnerschaftszufriedenheit einhergeht. Die Befunde von Lin/Huddleston-Casas (2005, die jedoch nicht zwischen Frauen und Männer differenzierten) konnten nur teilweise repliziert werden. Eine höhere Ausprägung auf dem Liebesstil *Agape* war nur bei den Männern mit höherer Partnerschaftszufriedenheit assoziiert, wie bereits Gana und Mitarbeiter (2013) gefunden hatten. Bezüglich *Ludus* kam ebenfalls ein Geschlechterunterschied zum Vorschein: Lediglich bei den Frauen ging eine höhere Ausprägung auf dem spielerischen Liebesstil mit einer niedrigeren Partnerschaftszufriedenheit einher. Dieser Befund deckt sich nur zum Teil mit den Ergebnissen anderer Studien (Bierhoff et al. 1993; Fricker/Moore 2002; Hendrick et al. 1988; Morrow et al. 1995), die diese Effekte bei beiden Geschlechtern fanden. Dass in unserer Studie dieses Ergebnis nur für Frauen signifikant wurde, könnte durch geschlechtsspezifische Beziehungskognitionen erklärt werden: Während Männer mehr auf emotionale Distanz und eine gewisse emotionale Kälte ausgerichtet sind (Weiss, 1995), legen Frauen mehr Wert auf Merkmale wie Reziprozität und Kommunikation (Hassebrauck, 2003) und sind somit vielleicht unzufriedener mit der Partnerschaft, wenn sie eine höhere Ausprägung auf *Ludus* haben.

Die vorliegende Untersuchung weist auch kritische Punkte auf. So wurden Selbsteinschätzungen des eigenen Verhaltens sowie die des wahrgenommenen Verhaltens des Partners erfasst. Selbsteinschätzungen können Verzerrungen unterliegen, so dass die Ergebnisse in künftigen Studien mit Verhaltensdaten repliziert werden sollten. Zudem postulierten wir, dass Liebesstile dyadisches Copingverhalten vorhersagen können. Allerdings wäre auch eine gegenseitige oder umgekehrte Richtung denkbar. Da wir die Paare lediglich zu einem Zeitpunkt befragt haben, ist es nicht möglich, Schlussfolgerungen bezüglich kausaler Zusammenhänge zu ziehen. Zukünftige Untersuchungen sollten Paare über mehrere Jahre befragen und somit mögliche Veränderungen über die Zeit erfassen. Zudem wurden die Hypothesen teilweise aus Ergebnissen von Studien mit Paaren aus anderen Kulturen abgeleitet. Inwiefern solche Ergebnisse auf Paare aus Deutschland und der Schweiz übertragbar sind, sollte in künftigen Studien untersucht werden. Die Generalisierbarkeit unserer Ergebnisse ist durch die hohe Partnerschaftsqualität, über die die Studienteilnehmerinnen/Studienteilnehmer berichteten und durch die Zusammensetzung unserer Stichprobe, die mehrheitlich aus unverheirateten Studentinnen/Studenten bestand, eingeschränkt.

Die berichteten Befunde zeigen jedoch die Bedeutung der Liebesstile für wichtige Partnerschaftsvariablen auf. Es wäre daher sinnvoll, im Rahmen einer Beratung oder einer Paartherapie, Paare das Marburger Einstellungs-Inventar für Liebesstile (Bierhoff et al. 1993) ausfüllen zu lassen. Eine Erklärung der verschiedenen Komponenten der Liebe kann ein wichtiger Schritt sein, um Paaren zu helfen, ihre Probleme zu bewältigen oder auch zu lösen (Moss/Schwebel 1993) sowie positive Beschreibungen für ihre Unterschiede und Gemeinsamkeiten zu finden (Hendrick, 2004). Gewisse Verhaltensweisen können auf den zugrundeliegenden Liebesstil zurückgeführt und müssen nicht als Angriff oder mangelnde Liebe aufgefasst werden. Positivere Attributionen würden wiederum die Kommunikation und die Konfliktlösung günstig beeinflussen (Hendrick & Hendrick, 2006).

Zudem hätte die Beraterin/der Berater oder die Therapeutin/der Therapeut mit der Erfassung der Liebesstile die Möglichkeit Klienten dafür zu sensibilisieren, welche Konsequenzen gewisse Verhaltensweisen im Zusammenhang mit bestimmten Liebesstilen für den Verlauf ihrer Partnerschaft mit sich bringen können. Man könnte beispielsweise mit einer Klientin/einem Klienten mit hoher Ausprägung auf *Ludus* thematisieren, dass wenn sie/er Interesse daran hat, die Beziehung in befriedigender Weise aufrecht zu erhalten, es wichtig wäre, einige spielerische Tendenzen zu ändern, indem sie/er versucht, sich dem Partner gegenüber mehr zu öffnen. Das Bedürfnis nach Abwechslung und Neuem müsste dann in anderen Bereichen wie Sport, Hobbies, etc. erfüllt werden (Hendrick, 2004).

LITERATUR

- Amelang, M. (1991). Einstellungen zu Liebe und Partnerschaft: Konzepte, Skalen und Korrelate. In: Amelang, M., Ahrens, H. J. & Bierhoff, H. W. (Hrsg.), *Attraktion und Liebe*. Göttingen: Hogrefe, S. 153-196.
- Amelang, M. (1992). Liebe: Zustand oder Eigenschaft? In: Montada, L. (Hrsg.), *Bericht über den 38. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychologie in Trier 1992* (Band 1, S. 47). Göttingen: Hogrefe.
- Aron, A. & Westbay, L. (1996). Dimensions of the prototype of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, S. 535-551.
- Baumeister R. F., Wotman, S. R. & Stillwell, A. M. (1993). Unrequited love: On heartbreak, anger, guilt, scriptlessness, and humiliation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3, S. 377-394.
- Bernard, J. (1981). *The female word*. New York: Macmillan.
- Bierhoff, H. W., Grau, I. & Ludwig, A. (1993). *Marburger Einstellungs-Inventar für Liebesstile (MEIL)*. Göttingen: Hogrefe.
- Bierhoff, H. W. & Klein, R. (1991). Dimensionen der Liebe: Entwicklung einer deutschsprachigen Skala zur Erfassung von Liebesstilen. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 12, S. 53-71.
- Bodenmann, G. (2000). *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2003). Welche Bedeutung haben Partnerschaft und Liebe für Jugendliche heute? Eine deskriptive Studie. *Zeitschrift für Familienforschung*, 15, S. 91-104.
- Bodenmann, G. (2008). *Dyadisches Coping Inventar (DCI). Testmanual*. Bern: Huber & Hogrefe.
- Crane, D. R., Allgood, S. M., Larson, J. H. & Griffin, W. (1990). Assessing Marital Quality with Distressed and Nondistressed Couples: A Comparison and Equivalency Table for Three Frequently Used Measures. *Journal of Marriage and Family*, 52, S. 87-93.
- Davis, K. E. (1999). What attachment styles and love styles add to the understanding of relationship commitment and stability. In: Adams, J. M. & Jones, W. H. (Hrsg.), *Handbook of Interpersonal Commitment and Relationship Stability*. New York: Kluwer Academic / Plenum Publishers, S. 33-50.
- Davies, M. F. (1996). EPQ correlates of love styles. *Personality and Individual Differences*, 20, S. 251-259.

- Eagly, A. H. (1987). *Sex differences in social behavior: A social-role interpretation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fricker, J. & Moore, S. (2002). Relationship satisfaction: The role of love styles and attachment styles. *Current Research in Social Psychology*, 7, S. 182–204.
- Galinha, I. C., Oishi, S., Pereira, C. R., Wirtz, D. & Esteves, F. (2013). Adult attachment, love styles, relationship experiences and subjective well-being: Cross-cultural and gender comparison between Americans, Portuguese, and Mozambicans. *Social Indicators Research*. doi: 10.1007/s11205-013-0512-7.
- Galliker, M. (2009). *Psychologie der Gefühle und Bedürfnisse*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Gana, K., Saada, Y. & Untas, A. (2013). Effects of love styles on marital satisfaction in heterosexual couples: A dyadic approach. *Marriage & Family Review*, 49, S. 754-772. doi: 10.1080/01494929.2013.834025.
- Goodboy, A. K., Myers, S. A. & Members of Investigating Communication (2010). Relational quality indicators and love styles as predictors of negative relational maintenance behaviors in romantic relationships. *Communication Reports*, 23, S. 65-78. doi: 10.1080/08934215.2010.511397.
- Hammock, G. & Richardson, D. S. (2011). Love attitudes and relationship experience. *The Journal of Social Psychology*, 151, S. 608-624.
- Hassebrauck; M. (2003). Romantische Männer und realistische Frauen: Geschlechtsunterschiede in Beziehungskognitionen. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 34, S. 25–35.
- Heaven, P. C. L., Da Silva, T., Carey, C. & Holen, J. (2004). Loving styles: Relationships with personality and attachment styles. *European Journal of Personality*, 18, S. 103-113.
- Hendrick, S. (2004). Close relationships research: A resource for couple and family therapists. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30, S. 13-27.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, S. 392-402.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. (2006). Styles of romantic love. In: Sternberg, R. J. & Weis, K. (Eds.), *The New Psychology of Love*. New Haven: Yale University Press, S. 149-170.
- Hendrick, S. & Hendrick, C. (1987). Love and sexual attitudes, self-disclosure, and sensation-seeking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 4, 281-297.
- Hendrick, S., Hendrick, C. & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, S. 980-988.

- Herzberg, P.Y. (2013). Coping in relationships: the interplay between individual and dyadic coping and their effects on relationship satisfaction. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 26, S. 136-153. doi: 10.1080/10615806.2012.655726.
- Jonason, P. K. & Kavanagh, P. (2010). The dark side of love: Love styles and the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 49, S. 606-610. doi: 10.1016/j.paid.2010.05.030.
- Klann N., Hahlweg K. & Heinrichs N. (2003). *Diagnostische Verfahren für die Beratung. Materialien zur Diagnostik und Therapie in Ehe-, Familien- und Lebensberatung*. 2., vollständig überarbeitete Auflage. Göttingen: Hogrefe.
- Kunkel, A. & Burleson, B. (2003). Relational implications of communication skill evaluations and love styles. *Southern Communication Journal*, 68, S. 181-197. doi: 10.1080/10417940309373260.
- Lee, J. A. (1973). *Colors of love: an exploration of the ways of loving*. Toronto: New Press.
- Levenson, R. W., Carstensen L. L. & Gottmann, J. M. (1993). Long-term marriage: Age, gender and satisfaction. *Psychology and Aging*, 8, S. 301-313.
- Levine, T. R., Aune, K. S. & Park H. S. (2006). Love styles and communication in relationships: Partner preferences, initiation, and intensification. *Communication Quarterly*, 54, S. 465-486. doi: 10.1080/01463370601036515.
- Levy, M. B. & Davis, K. E. (1988). Lovestyles and attachment styles compared: their relations to each other and to various relationship characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, S. 439-471.
- Lin, L.-W. & Huddleston-Casas C. A. (2005). Agape love in couple relationships. *Marriage & Family Review*. doi: 10.1300/J002v37n04_03.
- Mallandain, I. & Davies, M. F. (1994). The colours of love: Personality correlates of love styles. *Personality and Individual Differences*, 17, S. 557-560.
- Morrow, G. D., Clark, E. M. & Brock, K. F. (1995). Individual and partner love styles: Implications for the quality of romantic involvements. *Journal of Social and Personal Relationships*, 12, S. 363-387.
- Moss, B. F., & Schwebel, A. I. (1993). Marriage and Romantic relationships: Defining intimacy in romantic relationships. *Family Relations*, 42, S. 31-37.
- Neto, F. (2007). Love styles: A cross-cultural study of British, Indian, and Portuguese college students. *Journal of Comparative Family Studies*, 38, S. 239-254.

- Neumann, E. & Bierhoff, H. W. (2004). Ichbezogenheit versus Liebe in Paarbeziehungen. Narzissmus im Zusammenhang mit Bindung und Liebesstilen. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 35, S. 33-44.
- Papp, L. M., & Witt, N. L. (2010). Romantic partners' individual coping strategies and dyadic coping: Implications for relationship functioning. *Journal of Family Psychology*, 24, S. 551-559. doi:10.1037/a0020836.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, S. 265-273.
- Singer, M. (2012). *Liebesstile und Persönlichkeitsvariablen – Ein Kulturvergleich junger Erwachsener in Österreich und Australien*. Diplomarbeit, Universität Wien.
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: new scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and Family*, 38, S. 15-28.
- Sprecher, S. & Toro-Morn, M. (2002). A study of men and women from different sides of earth to determine if men are from Mars and women are from Venus in their beliefs about love and romantic relationships. *Sex Roles*, 46, S. 131-147.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, S. 119-135.
- Waller, N. G. & Shaver, P. R. (1994). The importance of nongenetic influences on romantic love styles: A twin-family study. *Psychological Science*, 5, S. 268-274.
- Weiss, H. (1995). Liebessauffassungen der Geschlechter. Veränderungen in Partnerschaft und Liebe. *Soziale Welt*, 46, S. 119-137.
- Wiese, B. S., Freund, A. M. & Baltes, P. B. (2000). Selection, optimization and compensation: An action-related approach to work and partnership. *Journal of Vocational Behavior*, 57, S. 273-300.

5. Dyadisches Coping und Kultur

In diesem Kapitel wird der Zusammenhang zwischen *Kultur* (aus dem Makrosystem) und der Stressbewältigung bei Paaren untersucht. Gibt es kulturelle Unterschiede in der Art, wie Paare mit Stress umgehen? In Anlehnung an Bronfenbrenner (1981) ist es denkbar, dass kulturell bedingte Unterschiede (aus dem Makrosystem) hinsichtlich individuellem und dyadischem Coping zu finden sind.

Nach einer Darstellung des aktuellen Forschungsstands werden in der empirischen Studie am Ende des Kapitels mononationale Schweizer Paare und thailändisch-schweizerische Paare (lediglich Schweizer Männer mit thailändischen Frauen) bezüglich des individuellen und dyadischen Copings miteinander verglichen.

5.1 Kultur

Das Fachgebiet der kulturvergleichenden Psychologie untersucht die Zusammenhänge zwischen dem kulturellen Kontext und menschlichem Verhalten (Berry, Poortinga, Breugelmans, Chasiotis & Sam, 2011). Aber was versteht man unter Kultur? Es gibt sehr viele Definitionen von Kultur, die unterschiedliche Aspekte betonen. Diese Vielfalt von Definitionen ist durch die Komplexität des Phänomens bedingt (Genkova, 2013). Eine häufig zitierte Definition ist die von Kroeber und Kluckhohn (1952, S. 181): „Culture consist of patterns, explicit and implicit, of and for behavior acquired and transmitted by symbols, constituting the distinctive achievement of human groups, including their embodiments in artifacts; the essential core of culture consists of traditional (i.e., historically derived and selected) ideas and especially their attached values; culture systems may the one hand, be considered as production of action, on the other as conditioning elements of further action.”

Die Kultur wird hier mit ihrer adaptiven Funktion in Bezug auf die Gewohnheiten einer Gruppe in Zusammenhang mit der sozialen Interaktion und den kreativen Prozessen des Menschen beschrieben. Die Autoren werteten 164 Definitionen von Kultur zwischen 1871 und 1950 aus und fanden dabei drei zentrale Aspekte: (1) Die Kultur entwickelt sich in adaptiven Interaktionen (z.B.

Sprache, Religion). (2) Kultur setzt sich aus gemeinsamen Elementen zusammen – Sprache, Zeit und Ort. (3) Kultur wird über längere Zeitperioden und über Generationen hinweg weitergegeben. Kultur stellt kein starres System dar, sondern ist einer stetigen Veränderung und Neugestaltung unterworfen (Egger, 2010).

Eine kurze Definition von Kultur wird hingegen von Berry et al. (2011, S. 4) vorgeschlagen: „Culture as the shared way of life of a group of people.”

Die Autoren gehen zudem davon aus, dass die physische Umgebung (z.B. Objekte, Ressourcen und geographische Gegebenheiten) die Kultur beeinflusst und diese wiederum das Verhalten (siehe Abbildung 10).



Abbildung 10: Zusammenhang zwischen Umwelt, Kultur und Verhalten (nach Berry et al., 2011; Genkova, 2013, S. 30)

Basierend auf diesen Schlussfolgerungen kann man davon ausgehen, dass es kulturell bedingte Unterschiede in der Ausübung des individuellen und dyadischen Copings gibt.

5.2 Kultur und Partnerschaft

5.2.1 Begriffsklärung binationale Paare

Der Begriff „binationale Paare“ wird mit unterschiedlichen Konnotationen verwendet (Nauck, 2009). Es ist deshalb erforderlich, zwischen *nationalitätsinternen* vs. *-externen* Paaren einerseits (ob ein Partner innerhalb derselben Staatsangehörigkeit gewählt wird) und *ethnisch endogamen* vs. *exogamen* Beziehungen andererseits (ob ein Partner der eigenen ethnisch-kulturellen Gruppe gewählt wird) zu unterscheiden (siehe Tabelle 4). Unter binationalen Paaren versteht man Beziehungen zwischen Partner unterschiedlicher Staatsangehörigkeit, wobei noch unterschieden werden kann, ob die Partner übereinstimmende oder unterschiedliche ethnische Zugehörigkeit² haben. Erstere werden als binationale, ethnisch endogame Paare, letztere als binationale,

² Unter ethnischer Zugehörigkeit wird die selbstperzipierte Zugehörigkeit zu einer Herkunftsgemeinschaft verstanden (Nauck, 2009).

bikulturelle Paare definiert. Im weiteren Teil der Arbeit sind unter „binationalen Paaren“ immer binationale, bikulturelle Paare gemeint.

Tabelle 4: Typologie ethnisch-nationaler Paarbeziehungen (Nauck, 2009, S. 696)

		Staatsangehörigkeit der Eheschliessenden	
		übereinstimmend	verschieden
Ethnische Zugehörigkeit der Eheschliessenden	übereinstimmend	nationalitätsinterne, ethnisch endogame Paarbeziehung	bi-nationale, ethnisch endogame Paarbeziehung
	verschieden	nationalitätsinterne, interethnische (bi- kulturelle) Paarbeziehung	bi-nationale, interethnische (bi-kulturelle) Paarbeziehung

5.2.2 Forschung über binationale Paare

Wegen der zunehmenden Globalisierung, durch die damit verbundenen Auslandsaufenthalte bzw. Arbeitsmigration und auch durch den wachsenden Tourismus, sind binationale Partnerschaften längst keine Ausnahme mehr (Falkner, 2005). In der Schweiz ist die Zahl der binationalen Eheschliessungen in den letzten Jahren stetig angestiegen. Heutzutage ist inzwischen jede dritte Ehe, die eingegangen wird, bination (35.5%, siehe Abbildung 11) (Bundesamt für Statistik, 2012).

Ehen in der Schweiz 2011

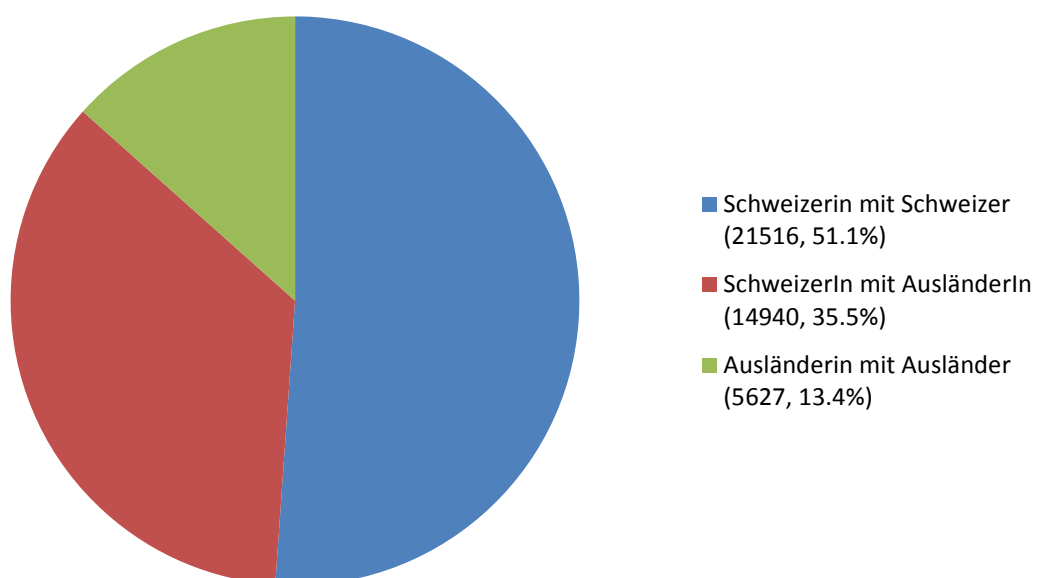


Abbildung 11: Ehen in der Schweiz 2011, Total 42'083 (Bundesamt für Statistik, 2012)

Dieser Anteil hat sich seit 1970 mehr als verdoppelt. Im Jahr 2011 heirateten 6836 Schweizerinnen einen Mann mit ausländischem Pass. Die meisten Männer stammten aus Italien (1013), gefolgt von Männern aus Deutschland (879) und dem Kosovo (516) (siehe Abbildung 12). Im selben Jahr heirateten 8104 Schweizer eine ausländische Frau. 1224 Frauen waren aus Deutschland, 470 aus Thailand und 460 aus Italien (siehe Abbildung 13).

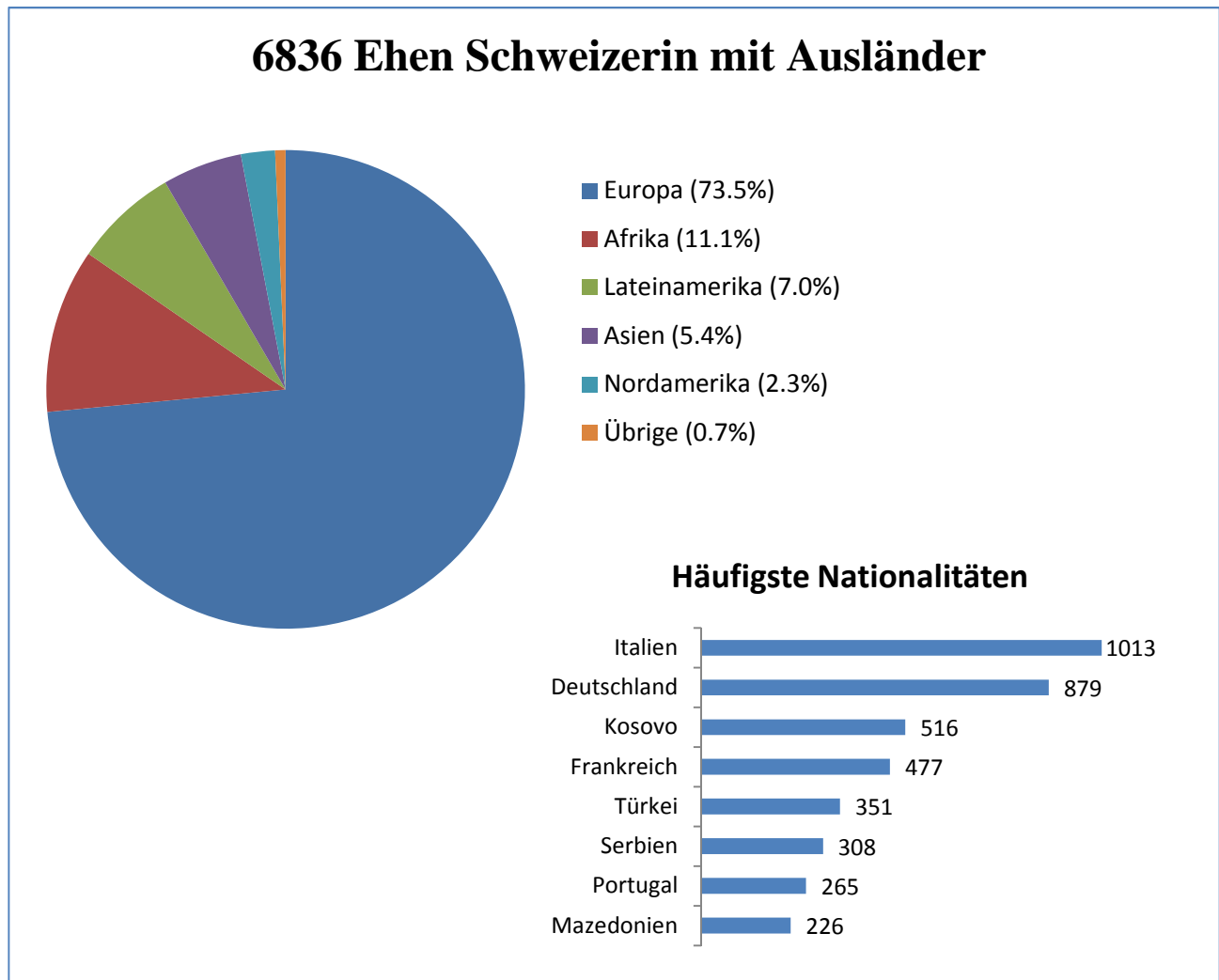


Abbildung 12: 2011 geschlossene Ehen zwischen Schweizer Frauen und ausländischen Männern (Bundesamt für Statistik, 2012)

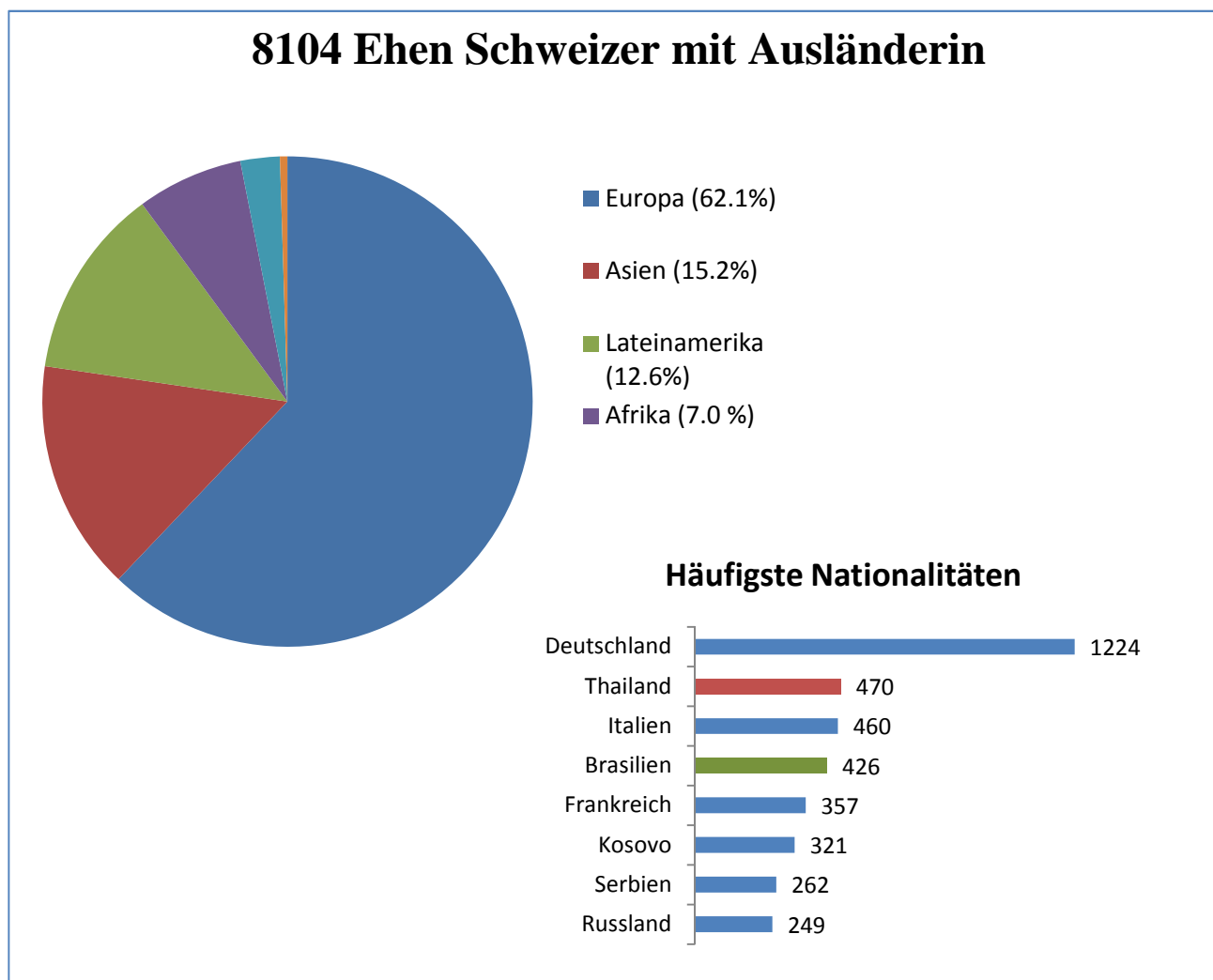


Abbildung 13: 2011 geschlossene Ehen zwischen Schweizer Männern und ausländischen Frauen (Bundesamt für Statistik, 2012)

Die ersten Studien über binationale Ehen wurden in den 1930er Jahren in den USA durchgeführt (z.B. Adams, 1937; Bossard, 1939), in Europa folgten Studien erst in den 1960er Jahren, zunächst in England und Frankreich. Im deutschen Sprachraum ist die psychologische Forschung über binationale Paare jedoch ein eher vernachlässigtes Thema (Falkner, 2005). Die bisherige Literatur umfasst hauptsächlich Erfahrungsberichte und Studien, die sich mit den gesellschaftlichen bzw. sozialen und kulturellen Lebensbedingungen binationaler Paaren befassen (Bühler, 2008; Daftari, 2000; Waldis & Ossipow, 2003).

In Analysen zum Trennungs- und Scheidungsrisiko zeigen sich binationale Ehen als weniger stabil als mononationale Ehen (Kalmijn, De Graaf & Poortman, 2004; Kalmijn, De Graaf & Janssen, 2005). Die determinierenden Faktoren wurden bislang jedoch kaum erforscht (Nauck, 2009).

In der Praxis besteht ein erhöhter Bedarf an geeigneten Interventionen zur Bewältigung der sich aus der interkulturellen Thematik ergebenden Konflikte und Fragen (Tabatabai, 2011).

5.3 Kultur und Stressbewältigung

Stress stellt neben dem Gesundheitsverhalten eines der zentralen Themen kulturvergleichender Arbeiten der Psychologie dar (zum Überblick siehe Kitayama & Cohen, 2007). Fragestellungen zum Zusammenspiel von Kultur und Stressbewältigung sind in den letzten Jahren vermehrt untersucht worden, jedoch fehlt der kulturbezogenen Stressbewältigungsforschung bislang ein übergeordneter theoretischer Rahmen (Chun, Moos & Cronkite, 2006; Hobfoll, 1998; Kuo 2011).

Gemäss Berry und Kollegen (2011) lassen sich drei Forschungsperspektiven unterscheiden: Der Absolutismus, der Relativismus und der Universalismus. Exponenten der absolutistischen Perspektive nehmen an, dass Coping kulturübergreifend in ähnlicher Form geschieht und nur marginal durch kulturelle Faktoren beeinflusst wird. Diese Annahmen haben sich als nicht haltbar erwiesen (Ringelisen, 2013). Vertreter des Relativismus nehmen hingegen an, dass jede Gesellschaft kulturspezifische Formen des Copings entwickelt und diese nur vor dem Hintergrund des jeweiligen kulturellen Kontextes analysiert und verstanden werden können. Der Universalismus positioniert sich zwischen den beiden Extremen. Aus dieser Sicht zeigen Menschen im Umgang mit Belastungen weltweit dieselben Muster im Erleben, Denken und Handeln, während die Qualität und Ausprägung dieser Muster kulturell geprägt werden.

Gemäss Schär, Hilpert und Bodenmann (2013) können Kulturen auf mehreren Dimensionen unterschieden werden. Als am besten untersuchte Dimension gilt das Konstrukt des Individualismus/Kollektivismus von Hofstede (1980) und Triandis (1995). Dieses bildet das Ausmass und die Qualität von wechselseitiger sozialer Abhängigkeit ab. Triandis (1995) unterscheidet vier Merkmale: (1) der Vorrang von persönlichen vs. gemeinschaftlichen Zielen, (2) die Wichtigkeit von persönlichen Einstellungen vs. sozialen Normen, (3) die Hervorhebung von Rationalität vs. Verbundenheit mit dem Kollektiv und schliesslich (4) die Art der Selbstkonstruktion (d.h. das Ausmass der Verbundenheit mit den anderen: Das independente, kollektive und relationale Selbst [Cross, Bacon & Morris, 2000; Sedikides & Brewer, 2001]).

Lazarus und Folkman (1984) definieren individuelles Coping als kognitive und behaviorale Anstrengungen mit dem Ziel, interne und/oder externe Anforderungen eines stressreichen Ereignisses zu meistern, zu reduzieren oder zu tolerieren. Das transaktionale Modell repräsentiert ein westliches Verständnis von Stressbewältigung, bei dem ein independentes Selbst besorgt ist persönliche Ziele zu erreichen (Hobfoll, 2002). Diese Konzeption von Stressbewältigung

widerspricht einer kollektiv-interdependenten Selbstdefinition, die für kollektivistisch ausgerichtete Gesellschaften typisch ist (Hobfoll, 1998; Triandis, 1995). Während das bedingungslose Verfolgen eigener Ziele das Gleichgewicht innerhalb eines Teams gefährdet, fördert ein indirektes oder vermeidendes Vorgehen (wie z.B. in Japan) Zufriedenheit und Harmonie innerhalb einer Gruppe (Fiske, Kitayama, Markus & Nisbett, 1998; Taylor, Sherman, Kim, Jarcho, Takagi & Dunagan, 2004).

5.3.1 Stressbewältigung in kollektivistisch orientierten Gesellschaften

Diverse Studien mit Auswanderinnen und Auswandern aus kollektivistisch geprägten Ländern des ostasiatischen Raumes (z.B. China, Japan, Vietnam) fanden heraus, dass diese häufig passive und erduldende Stressbewältigungsformen (z.B. Vermeidung, sozialer Rückzug) anwenden. Deren Einsatz vermindert ihr Stresserleben und ihre negativen Emotionen (z.B. Chang, Tugade & Asawaka, 2006; Noh, Beiser, Kaspar, Hou & Rummens, 1999; Sinha & Watson, 2007). Ein Beispiel stellt das buddhistische Konzept des „Dukkha“ dar, das ein Leiden als Konsequenz von innerer Ablehnung und/oder starkem Verlangen konzipiert (Ringeisen, 2013). Die daraus folgenden Spannungen und negativen Gefühle können durch Meditation oder Kontemplation durchgestanden werden (Chen, 2006).

5.3.2 Kultur und Suche nach sozialer Unterstützung

Eine Reihe von Studien haben in den letzten Jahrzehnten die positiven Effekte von sozialer Unterstützung als Stressbewältigungsform auf die Gesundheit und auf das Wohlbefinden nachgewiesen (Burleson, 2003; Cunningham & Barbee, 2000). Diese Untersuchungen wurden vor allem in Nordamerika und Westeuropa durchgeführt. Weniger als zwei Prozent der bisherigen Studien zur sozialen Unterstützung erforschten Unterschiede zwischen den Kulturen (Pines & Zaidman, 2003).

Nach Kim, Sherman und Taylor (2008) wird die Bereitschaft, in Stresssituationen nach sozialer Unterstützung zu suchen und anzunehmen, jedoch massgeblich von der Kultur beeinflusst. Sie gehen ebenfalls davon aus, dass sich Personen unterschiedlicher Kulturen darin unterscheiden, wie sie sich selbst und wie sie sich in Beziehung zu anderen sehen. In individualistischen Kulturen (z.B.

Personen aus USA, Westeuropa, Israel) wird das Selbst als unabhängiges Wesen mit persönlichen Zielen und Werten wahrgenommen (Markus & Kitayama, 1991), ebenso werden die Beziehungen frei gewählt (Adams & Plaut, 2003). In kollektivistischen Gesellschaften hingegen (z.B. Personen aus Südamerika und Asien) wird das Individuum als abhängiges Mitglied der Gesellschaft gesehen und dabei kommt das Gemeinwohl vor persönlichen Wünschen, Bedürfnissen und Zielen (Kitayama & Uchida, 2005; Markus & Kitayama, 1991). In solchen Gesellschaften sind Beziehungen weniger freiwillig und mehr „vorgegeben“ (Adams, 2005).

Kim et al. (2008) analysierten unterschiedliche Studien und fanden heraus, dass in eher kollektivistischen Gesellschaften von Asiaten und asiatisch-stämmigen Amerikanern weniger soziale Unterstützung in Stresssituationen gesucht wird als in individualistischeren Kulturkreisen von europäisch-stämmigen Amerikanern. Diese Unterschiede werden u.a. auf Differenzen in der Bevorzugung von impliziter Unterstützung (z.B. sich vergegenwärtigen, dass andere Personen einem sehr nahestehen oder in Gesellschaft mit anderen zu sein, ohne von eigenen Problemen zu erzählen) zurückgeführt. Während explizite soziale Unterstützung wie das Einholen von Ratschlägen (informationelle Unterstützung), das Bitten um praktische Hilfe (instrumentelle Unterstützung) oder das Suchen nach Trost und Verständnis (emotionale Unterstützung) typisch für individualistische Kulturkreise ist, bevorzugen Individuen kollektivistischer Kulturen die implizite Unterstützung. Der unterstützende Effekt letzterer Unterstützungsform läuft indirekt durch das Zugehörigkeitsgefühl, in dem sich die gestresste Person innerhalb der Gemeinschaft aufgehoben und akzeptiert fühlt (Taylor, Welch, Kim & Sherman, 2007). Mögliche Gründe für die Wahl impliziter Unterstützung könnten folgende sein: Die Aufrechterhaltung der Gruppenharmonie, die Furcht vor Kritik, der möglichen Gesichtsverlust sowie der Glaube, für seine Probleme selbst verantwortlich zu sein (Taylor et al., 2004).

Südamerikanische Kulturen, die gemäss Kulturpsychologen auch zu den kollektivistischen Kulturen gezählt werden (z.B. Triandis, Marin, Lisansky & Betancourt, 1984), zeigen jedoch in Bezug auf die Suche nach sozialer Unterstützung ein anderes Bild als die asiatischen Kulturen. Erstere suchen in der Tat innerhalb der Familie mehr emotionale soziale Unterstützung als Nordamerikaner (Almeida, Molnar, Kawachi & Subramanian, 2009; Campos, Schetter, Abdou, Hobel, Glynn & Sandman, 2008).

Die aktuelle Befundlage bei amerikanischen und europäischen Paaren zeigt, dass der Liebespartner im Allgemeinen die wichtigste Unterstützungsquelle in Stresssituationen darstellt (Bodenmann,

2000a; Walen & Lachman, 2000). Es ist bis jetzt ungeklärt, ob dies auch auf Paare aus kollektivistischen Kulturen zutrifft (Schär et al., 2013).

5.3.3 Kultur, Stressbewältigung und Partnerschaft

In neueren Studien wurde dyadisches Coping bei Paaren aus kollektivistischen Kulturkreisen (in die USA immigrierte Südamerikanerinnen und Südamerikaner) untersucht (Falconier et al., 2013a; Falconier, Nussbeck & Bodenmann, 2013b). Die Autoren fanden bei Latino-Paaren, ähnlich wie bei Paaren aus westlichen Kulturkreisen, dass dyadisches Coping mit höherer Partnerschaftszufriedenheit und konstruktiver Konfliktlösung assoziiert ist.

Wie im Abschnitt 5.2.2 erwähnt, fehlen bislang psychologische Studien zum Funktionsniveau von binationalen Paaren. Die folgende eigene empirische Studie setzte hier an und untersuchte erstmals dyadisches Coping bei thailändisch-schweizerischen Paaren. Dabei wurden sie mit mononationalen Schweizer Paaren verglichen. Die thailändische Kultur zählt zu den kollektivistischen Kulturkreisen, während die Schweiz den individualistischen Gesellschaften zugeordnet wird.

Im Jahr 2014 zählte das Bundesamt für Migration 8906 Thailänderinnen und Thailänder zur ständigen ausländischen Wohnbevölkerung in der Schweiz³. Davon waren 59.4% (5295) verheiratet. Von den verheirateten Thailänderinnen und Thailändern in der Schweiz waren 74.1% (3925) mit einem Schweizer oder einer Schweizerin verheiratet. Der Grossteil dieser Ehen (96.8%) bestand aus einem Schweizer und einer Thailänderin. Aus diesem Grund wurden in der Studie lediglich Schweizer Männer mit thailändischen Frauen untersucht.

³ Die Zahlenangaben in diesem Absatz beruhen auf der Tabelle “Bestand der ausländischen Wohnbevölkerung nach Wohnkanton, Ausländergruppe, Staatsangehörigkeit, Zivilstand, in der Schweiz geboren und Geschlecht“ (BFM, Bundesamt für Migration, Tab. 6.22, Produktion vom 15.5.2014). E-Mail vom 30. Juni 2014 von C. Buntschu, Wissenschaftliche Mitarbeiterin des Bundesamts für Migration.

5.4 Eigener Artikel zum Thema dyadisches Coping und Kultur

Coping bei binationalen Paaren. Ein Vergleich zwischen thailändisch-schweizerischen und mononationalen Schweizer Paaren.

Autoren Simona Gagliardi, Guy Bodenmann und Monika Bregy

Status publiziert (2010)

Zeitschrift Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie, 39 (3), 141–150

Abstract

Theoretischer Hintergrund: Obwohl die Anzahl binationaler Eheschließungen kontinuierlich zunimmt, ist das Wissen darüber, wie solche Partnerschaften funktionieren, noch relativ gering.

Fragestellung: Ziel der vorliegenden Studie ist es, einen Einblick in den Umgang mit Stress bei binationalen Paaren zu gewinnen.

Methode: 225 thailändisch-schweizerische Paare (lediglich Schweizer Männer mit thailändischen Frauen) wurden mit 234 mononationalen Schweizer Paaren mittels multivariater Kovarianzanalysen bezüglich des individuellen und dyadischen Copings miteinander verglichen. Kontrolliert wurden die Partnerschaftszufriedenheit, die Partnerschaftsdauer und das Alter.

Ergebnisse: Thailänderinnen setzen häufiger Verleugnung/Verdrängung als individuelle Bewältigungsstrategie ein als Schweizer. Zudem kommunizieren binationale Paare Stress seltener und üben weniger negatives dyadisches Coping aus als mononationale Paare.

Schlussfolgerungen: Es bestehen Ähnlichkeiten, aber auch Unterschiede zwischen mono- und binationalen Paaren hinsichtlich ihres Umgangs mit Stress. Diese sollten in therapeutischer Arbeit mit Paaren vermehrt berücksichtigt werden.

6. Diskussion

Ziel der vorliegenden Arbeit war, Antworten auf die Frage zu finden, ob es Paare gibt, die konstruktiver mit Stress umgehen können als andere und falls ja, versuchen herauszufinden mit welchen Faktoren diese Fähigkeit in Zusammenhang steht. Auf der Basis des Modells der Ökologie menschlicher Entwicklung (Bronfenbrenner, 1981), das die individuelle Entwicklung in den Kontext sozialer Umwelten stellt, wurde in drei verschiedenen empirischen Untersuchungen die gemeinsame Stressbewältigung in Zusammenhang mit drei möglichen Einflussfaktoren untersucht: Bindung (Studie 1), Liebesstile (Studie 2) und Kultur (Studie 3) (siehe Abbildung 14).

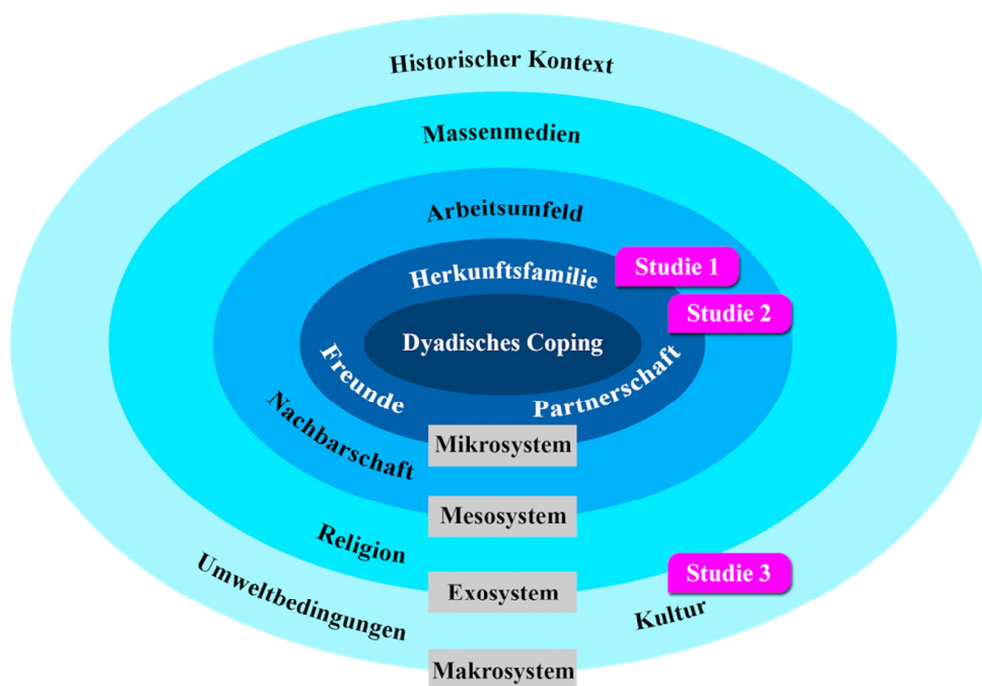


Abbildung 14: Darstellung der drei empirischen Studien im ökologischen Kontext (eigene Darstellung)

Ein Überblick über den aktuellen Forschungsstand bezüglich des dyadischen Copings in den unterschiedlichen ökologischen Systemen folgt in den nächsten Abschnitten.

6.1 Dyadisches Coping im Mikrosystem

Dyadisches Coping im Mikrosystem wurde in Zusammenhang mit verschiedenen Faktoren bereits erforscht. Die gemeinsame Stressbewältigung wurde beispielsweise in Zusammenhang mit psychischen Störungen (z.B. Depression: Bodenmann et al., 2008b; Zwangsstörung: Förster, 2009), mit körperlichen Krankheiten wie Krebs und chronisch obstruktiver Lungenkrankheit (Zimmermann, 2011; Meier, Bodenmann, Mörgeli & Jenewein, 2011) sowie mit traumatischen Erfahrungen (Kramer, Ceschi, Van der Linden & Bodenmann, 2005) untersucht.

In dieser Arbeit wurde das dyadische Coping im Mikrosystem in Zusammenhang mit Bindung und Liebesstilen analysiert.

In der Studie 1 wurden die Bindungsrepräsentationen in Anlehnung an Ben-Ari und Lavee (2005) als ein Merkmal des Paares betrachtet. Diese Auffassung trägt der systemischen Sicht Rechnung, wonach sich die Partner in ihren Bindungsrepräsentationen gegenseitig beeinflussen und versteht ähnlich wie Berkic und Quehenberger (2012) Bindung in Paarbeziehungen als ein dynamisches, interpersonelles und reziprokes Phänomen.

Obwohl die Paartypologien, die Ben-Ari und Lavee (2005) mit israelischen Paaren gefunden hatten, mit europäischen Paaren nicht vollständig repliziert werden konnten, konnten drei Paartypologien identifiziert werden, die sich hinsichtlich Partnerschaftsqualität und dyadischem Coping unterscheiden. Die sicheren Paare mit niedrigen Ausprägungen auf den Bindungsdimensionen Angst und Vermeidung berichteten über höhere Partnerschaftsqualität sowie mehr positives und weniger negatives dyadisches Coping als die anderen Paartypen.

In Studie 2 konnte gezeigt werden, dass es in Abhängigkeit der Ausprägung auf den verschiedenen Liebesstilen Unterschiede in der gemeinsamen Stressbewältigung gibt. *Eros* war am stärksten mit dem dyadischen Coping assoziiert und prädiktiv sowohl für das positive als auch für das negative dyadische Coping. Erwartungsgemäss zeigte sich auch der altruistische Liebesstil *Agape* prädiktiv für das totale positive dyadische Coping, jedoch lediglich bei den Männern. Bezüglich der Vorhersage des totalen negativen dyadischen Copings zeigte sich bei den Frauen hypothesenkonform *Ludus* als signifikanter Prädiktor.

Hendrick und Hendrick (2006) erachten die Erfassung der Liebesstile in der Paarberatung und in der Paartherapie als nützlich. Die Partner erhalten eine „Sprache“, um sich über diese Aspekte ihrer

Beziehung zu unterhalten. Zusammen mit einer erweiterten Austauschmöglichkeit könnte eine Tendenz entstehen, das Liebesverhalten des Partners/der Partnerin positiver zu attribuieren, indem gewisse Verhaltensweisen auf den zugrundeliegenden Liebesstil zurückgeführt werden können und nicht als Angriff oder mangelnde Liebe aufgefasst werden. Positivere Attributionen würden wiederum die Kommunikation und die Konfliktlösung günstig beeinflussen (Hendrick & Hendrick, 2006).

6.2 Dyadisches Coping im Mesosystem

Dyadisches Coping im Mesosystem wurde bereits in Zusammenhang mit dem Arbeitsumfeld untersucht (z.B. Schär, Bodenmann & Klink, 2008). Dabei wurde in einer randomisierten Studie die Wirksamkeit des *Paarlife* (Stresspräventionstraining für Paare; Bodenmann, 2000b) im Rahmen eines betrieblichen Gesundheitsförderungsprojektes überprüft. An der Intervention interessierte Mitarbeiter wurden zufällig drei Bedingungen zugeordnet: Besuch des Stresspräventionstrainings für Paare, Besuch eines individuellen Kurses zum konstruktiven Umgang mit Stress und eine Warteliste-Kontrollgruppe. Es zeigte sich, dass Mitarbeiter, die das Stresspräventionstraining für Paare besucht hatten, höhere Werte sowohl in Beziehungsvariablen wie Kommunikation und dyadisches Coping als auch fünf Monate nach der Intervention, in individuellen Variablen wie Wohlbefinden und Lebenszufriedenheit erzielten.

6.3 Dyadisches Coping im Exosystem

Das *Exosystem* schliesst Lebensbereiche ein, an denen das Individuum nicht selbst beteiligt ist, in denen aber Ereignisse stattfinden, die das Individuum beeinflussen, wie z.B. Massenmedien und Religion.

Dyadisches Coping wurde bereits in Zusammenhang mit der Bearbeitung der interaktiven DVD *Glücklich zu zweit trotz Alltagsstress* (Bodenmann et al., 2008c) untersucht. Durch Interviews, animierte Präsentationen, Videosequenzen wie auch interaktive Übungen werden die Inhalte des Stresspräventionstrainings *Paarlife* übermittelt. Die DVD bietet den Paaren die Möglichkeit, sich die vollständigen Trainingsinhalte im Selbststudium anzueignen.

Bodenmann, Hilpert, Nussbeck und Bradbury (2014) führten mit 330 Paaren eine randomisiert-kontrollierte Interventionsstudie durch. Die Paare wurden per Zufall einer der folgenden drei

Bedingungen zugeteilt: (1) DVD-Bearbeitung ohne Begleitung, (2) DVD-Bearbeitung mit telefonischem Kontakt, (3) Warteliste-Kontrollgruppe. Bei den Frauen der beiden Interventionsgruppen war sechs Monate nach der DVD-Bearbeitung eine Verbesserung der dyadischen Copingkompetenzen, der Partnerschaftszufriedenheit und des Ausmasses an positiver Kommunikation feststellbar. Bei den Männern der Interventionsgruppen war lediglich eine Verbesserung der positiven Kommunikation nachweisbar.

6.4 Dyadisches Coping im Makrosystem

Das Makrosystem beinhaltet kollektive kulturelle Ebenen, „die in der Subkultur oder der ganzen Kultur bestehen oder bestehen könnten, einschliesslich der ihnen zugrunde liegenden Weltanschauungen und Ideologien“ (Bronfenbrenner, 1981, S. 42).

Dyadisches Coping wurde neulich bei Paaren aus kollektivistischen Kulturkreisen (in die USA immigrierte Südamerikanerinnen und Südamerikaner) untersucht (Falconier et al., 2013a; Falconier, Nussbeck & Bodenmann, 2013b). Auch bei Latino-Paaren ist dyadisches Coping mit höherer Partnerschaftszufriedenheit und konstruktiver Konfliktlösung assoziiert.

In den letzten Jahren sind im deutschen Sprachraum diverse Bücher zur psychologischen Beratung und Therapie binationaler Paare erschienen (Egger, 2010; Lima Curvello, 2008; Lima Curvello & Merbach, 2012; Oetker-Funk & Maurer, 2009). Dennoch stehen weiterhin Anweisungen aus, die für spezifische binationale Paarkonstellationen gelten.

Studie 3 versuchte dieses Wissen im Fall von thailändisch-schweizerischen Paaren zu erweitern. Die Resultate zeigten, dass es zwischen mono- und binationalen Paaren Ähnlichkeiten, aber auch Unterschiede hinsichtlich ihres Umgangs mit Stress gibt. Unter Berücksichtigung kultureller Einflüsse erscheint es deshalb ratsam, bestehende Unterschiede in der therapeutischen Arbeit mit Paaren zu berücksichtigen. Methoden, die sich bei westlichen mononationalen Paaren als wirksam erwiesen haben, sollten daher mit Vorsicht bei Paaren mit Partnern aus beispielsweise asiatischen Kulturen angewendet werden.

Zudem ist gemäss Egger (2010) für die therapeutische Arbeit mit binationalen Paaren neben der fachlichen und methodischen Kompetenz, dem Erfahrungswissen und der Bereitschaft, sich über kulturelle, sozioökonomische, politische und rechtliche Lebensbedingungen zu informieren, auch

das Hinterfragen der eigenen Konstruktionen und kulturellen Gebundenheit zentral. Die Autorin schlägt z.B. vor, sich als Paarberaterin/Paarberater bzw. Paartherapeutin/Paartherapeut folgende Fragen zu stellen: „Welche Erfahrungen, Assoziationen, Einstellungen habe ich in Bezug auf binationale Paare?“, „Wo nehme ich Unterschiede zu anderen Paaren wahr?“, „Wie gehe ich damit um, wenn ich in einen Wertekonflikt gerate?“.

Hsu (2001) betont wie wichtig es ist, als Beraterin/Berater bzw. Therapeutin/Therapeut aufmerksam und neugierig zu sein, wie die Partner, in Abhängigkeit der eigenen Kultur, Beratung bzw. Therapie auffassen.

6.5 Fazit und Ausblick

In dieser Arbeit wurde die gemeinsame Stressbewältigung in Zusammenhang mit unterschiedlichen Faktoren untersucht: Aus dem Mikrosystem wurden die Bindungsrepräsentationen der Partner sowie die Liebesstile gewählt und aus dem Makrosystem die Kultur.

In den durchgeführten empirischen Studien konnten Faktoren identifiziert werden, die mit einer konstruktiven gemeinsamen Stressbewältigung zusammenhängen (z.B. eine niedrige Ausprägung auf der Angst- und Vermeidungsdimension, eine hohe Ausprägung auf den Liebestilen Eros und Agape [letzteres jedoch nur bei den Männern]), sowie auch Faktoren, die mit einer ungünstigen gemeinsamen Belastungsbewältigung assoziiert sind (z.B. eine hohe Ausprägung auf dem Liebesstil Ludus, jedoch nur bei Frauen). Im Vergleich zwischen mononationalen Schweizer Paaren und thailändisch-schweizerischen Paaren resultierte zudem, dass binationale Paare Stress seltener kommunizieren und weniger negatives dyadisches Coping ausüben als mononationale Paare.

Die drei präsentierten Studien weisen auch kritische Punkte auf. Es wurden jeweils Selbsteinschätzungen des eigenen Verhaltens sowie die des wahrgenommenen Verhaltens des Partners erfasst. Selbsteinschätzungen können Verzerrungen unterliegen, so dass die Ergebnisse in künftigen Studien mit Verhaltensdaten repliziert werden sollten. Zudem wurden die Paare lediglich zu einem Zeitpunkt befragt, deswegen ist es nicht möglich, Schlussfolgerungen bezüglich kausaler Zusammenhänge zu ziehen. Zukünftige Untersuchungen sollten Paare über mehrere Jahre befragen und somit mögliche Veränderungen über die Zeit erfassen.

Es bleiben offene Fragen bestehen, wie beispielsweise ob die Art und Weise, wie in der Herkunftsfamilie mit Stress umgegangen wird (im Mikrosystem), das dyadische Coping der Kinder in späteren Partnerschaften beeinflusst. Die PiA-Studie zu Paarbeziehungen in der Adoleszenz – ein vom Schweizerischen Nationalfonds finanziertes Forschungsprojekt, das gegenwärtig an der Universität Zürich durchgeführt wird – untersucht genau diese Frage, indem die Stressbewältigung von jungen Paaren im Alter zwischen 16 und 21 Jahren analysiert wird. Die Erkenntnisse aus dieser Studie könnten in Partnerschafts-Präventionsprogramme für junge Erwachsene, die darauf abzielen, die schädlichen Einflüsse von Stress auf die Partnerschaft und auf das psychische sowie körperliche Befinden der Partner zu minimieren, eingebaut werden.

Angesichts der politischen, wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Aktualität der Thematik der binationalen Paaren einerseits und des Forschungsbedarfes im deutschsprachigen Raum (um auch das Beratungs- und therapeutische Angebot zu verbessern) andererseits, wären Vergleiche mit weiteren binationalen Konstellationen, die in der Schweiz häufig vorkommen (z.B. kosovo-schweizerische oder brasilianische-schweizerische Paare, siehe Abbildungen 11 und 12 auf S. 70-71) lohnenswert.

Literaturverzeichnis

- Adams, G. (2005). The cultural grounding of personal relationship: Enemyship in North American and West African worlds. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 948-968.
- Adams, G. & Plaut, V. C. (2003). The cultural grounding of personal relationship: Friendship in North American and West African worlds. *Personal Relationships*, 10, 333-347.
- Adams, R. (1937). *Interracial Marriage in Hawaii*. New York: The Macmillan Company.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M., Waters, E. & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment. A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale: Erlbaum.
- Ainsworth, M. D. S., Bell, S. M. & Stayton, D. F. (1974). Infant-mother attachment and social development: Socialization as a product of reciprocal responsiveness to signals. In M. P. M. Richards (Ed.), *The integration of a child into a social world* (pp. 99-135). New York, NY US: Cambridge University.
- Ainsworth, M. D. & Wittig, B. A. (1969). Attachment and the exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. In B. M. Foss (Hrsg.), *Determinants of infant behavior* (S. 113-136). London: Methuen.
- Almeida, J., Molnar, B. E., Kawachi, I. & Subramanian, S. V. (2009). Ethnicity and nativity status as determinants of perceived social support: Testing the concept of familism. *Social Science & Medicine*, 68, 1852-858.
- Amelang, M. (1991). Einstellungen zu Liebe und Partnerschaft: Konzepte, Skalen und Korrelate. In M. Amelang, H. J. Ahrens & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Attraktion und Liebe* (S. 153-196). Göttingen: Hogrefe.
- Amelang, M. (1992). Liebe: Zustand oder Eigenschaft? In L. Montada (Hrsg.), *Bericht über den 38. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Psychologie in Trier 1992* (Band 1, S. 47). Göttingen: Hogrefe.
- Asendorpf, J. B. (in Druck). Bindung im Erwachsenenalter. In D. Frey, & H.-W. Bierhoff (Hrsg.), *Soziale Motive und soziale Einstellungen* (Enzyklopädie der Psychologie. Serie Sozialpsychologie, Band 2). Göttingen: Hogrefe.
- Asendorpf, J. B. & Neyer, F. (2012). *Psychologie der Persönlichkeit*. Berlin: Springer-Verlag.
- Bakermans-Kranenburg, M. J. & van IJzendoorn, M. H. (2009). The first 10,000 Adult Attachment Interviews: distributions of adult attachment representations in clinical and non-clinical groups. *Attachment & Human Development*, 11, 223-263. doi: 10.1080/14616730902814762.

- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Ben-Ari, A. & Lavee, Y. (2005). Dyadic characteristics of individual attributes: Attachment, neuroticism, and their relation to marital quality and closeness. *American Journal of Orthopsychiatry*, 75, 621-631.
- Benson, L. A., Sevier, M. & Christensen, A. (2013). The impact of behavioral couple therapy on attachment in distressed couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39, 407-420. doi: 10.1111/jmft.12020.
- Berg, C. A., Meegan, S. P. & Deviney, F. P. (1998). A social contextual model of coping with everyday problem across the life span. *International Journal of Behavioral Development*, 22, 239-261.
- Berkic, J. & Quehenberger, J. (2012). Bindungsspezifische Mechanismen der Emotionsregulation bei Langzeit-Ehepaaren. In K. H. Brisch (Hrsg.), *Bindungen – Paare, Sexualität und Kinder* (S. 36-60). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Breugelmans, S. M., Chasiotis, A. & Sam, D. L. (2011). *Cross-Cultural Psychology. Research and Applications*. Third Edition. Cambridge: University Press.
- Bierhoff, H.-W. & Grau, I. (1999). *Romantische Beziehungen: Bindung, Liebe, Partnerschaft*. Göttingen: Hans Huber.
- Bierhoff, H.-W., Grau, I. & Ludwig, A. (1993). *Marburger Einstellungs-Inventar für Liebesstile (MEIL)*. Göttingen: Hogrefe.
- Bierhoff, H.-W. & Klein, R. (1991). Dimensionen der Liebe: Entwicklung einer deutschsprachigen Skala zur Erfassung von Liebesstilen. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 12, 53-71.
- Bierhoff, H.-W. & Rohmann, E. (2005). *Was die Liebe stark macht. Die neue Psychologie der Paarbeziehung*. Reinbek: Rowohlt-Taschenbuch.
- Bierhoff, H.-W. & Rohmann, E. (2009). Persönliche Beziehungen aus sozialpsychologischer Sicht. In K. Lenz & F. Nestmann (Hrsg.), *Handbuch Persönliche Beziehungen*. Weinheim und München: Juventa Verlag.
- Bodenmann, G. (1995a). A systemic-transactional view of stress and coping in couples. *Swiss Journal of Psychology*, 54, 34-49.
- Bodenmann, G. (1995b). *Bewältigung von Stress in Partnerschaften. Der Einfluss von Belastungen auf die Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen*. Bern: Huber.

- Bodenmann, G. (1997). Dyadic Coping - a systemic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings. *European Review of Applied Psychology*, 47, 137-140.
- Bodenmann, G. (2000a). *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2000b). *Kompetenzen für die Partnerschaft*. Weinheim: Juventa.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic coping and its significance for marital functioning. In T. Revenson, K. Kayser & G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress. Emerging perspectives on dyadic coping* (pp. 33-49). Washington, DC: American Psychological Association.
- Bodenmann, G. (2008). *Dyadisches Coping Inventar (DCI). Testmanual*. Bern: Huber & Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2012). *Verhaltenstherapie mit Paaren. Ein bewältigungsorientierter Ansatz*. 2., vollständig überarbeitete Auflage. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (2013). *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. Bern: Hans Huber.
- Bodenmann, G. & Cina, A. (2006). Stress and coping among stable-satisfied, stable-distressed and separated/divorced Swiss couples: A 5-year prospective longitudinal study. *Journal of Divorce and Remarriage*, 44, 71-89.
- Bodenmann, G., Cina, A., Ledermann, T. & Sanders, M. R. (2008a). The efficacy of Positive Parenting Program (Triple P) in improving parenting and child behavior: A comparison with two other treatment conditions. *Behavior Research and Therapy*, 46, 411-427. doi:10.1016/j.brat.2008.01.001.
- Bodenmann, G., Hilpert, P., Nussbeck, F. & Bradbury, T. N. (2014). Enhancement of couples' communication and dyadic coping by a self-directed approach: A randomized controlled trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. doi: 10.1037/a0036356.
- Bodenmann, G., Meuwly, N., Bradbury, T. N., Gmelch, S. & Ledermann, T. (2010). Stress, anger, and verbal aggression in intimate relationships: Moderating effects of individual and dyadic coping. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27, 408-424. doi: 10.1177/0265407510361616.
- Bodenmann, G., Meuwly, N. & Kayser, K. (2011). Two conceptualizations of dyadic coping and their potential for predicting relationship quality and individual well-being. A comparison. *European Psychologist*, 16, 255-266. doi: 10.1027/1016-9040/a000068.
- Bodenmann, G., Pihet, S. & Kayser, K. (2006). The relationship between dyadic coping and marital quality: A two years longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 20, 485-493. doi: 10.1037/0893-3200.20.3.485.
- Bodenmann, G., Plancherel, B., Beach, S. R., Widmer, K., Gabriel, B., Meuwly, N., Charvoz, L., Hautzinger, M. & Schramm, E. (2008b). Effects of coping-oriented couples therapy on

- depression: A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76, 944-954.
- Bodenmann, G. & Randall, A. K. (2012). Common factors in the enhancement of dyadic coping. *Behavior Therapy*, 43, 88-98.
- Bodenmann, G. & Randall, A. K. (2013). Close relationships in psychiatric disorders. *Current Opinion in Psychiatry*, 26, 464-467. doi:10.1097/YCO.0b013e3283642de7.
- Bodenmann, G. Schär, M., & Gmelch, S. (2008c). *Glücklich zu zweit trotz Alltagstress. Eine interaktive DVD zur Verbesserung Ihrer partnerschaftlichen Kompetenzen*. Basel: Inhouse Production AG.
- Bormans, L. (2013). *The World Book of Love*. Tiel: Lannoo Publishers.
- Bossard, J. H. S. (1939). Nationality and nativity as factors in marriage. *American Sociological Review*, 4, 792-798.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Vol. 2. Separation*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1989). Bindung: Historische Wurzeln, theoretische Konzepte und klinische Relevanz. Vortrag gehalten anlässlich der Verleihung der Ehrendoktorwürde der Philosophischen Fakultät der Universität Regensburg. In G. Spangler & P. Zimmermann (Hrsg.) (2011), *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung*. (S. 17-26). Stuttgart: Klett Cotta.
- Brennan, K. A., Clark, C. L. & Shaver P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment. An integrative overview. In J. Simpson & W. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford.
- Bronfenbrenner, U. (1981). *Die Ökologie der menschlichen Entwicklung. Natürliche und geplante Experimente*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bretherton, I. (2011). Die Geschichte der Bindungstheorie. In G. Spangler & P. Zimmermann (Hrsg.) (2011), *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung*. (S. 27-49). Stuttgart: Klett Cotta.
- Bühler, S. (2008). „Es ist das Umfeld, welches uns anders macht...!“ *Alltagsleben und Konflikte in binationalen Ehen in der Schweiz*. Lizentiatsarbeit der Philosophischen Fakultät der Universität Zürich.
- Bundesamt für Statistik, BFS. (2013). *Bevölkerungsbewegung – Indikatoren Scheidungen und Scheidungshäufigkeit*. Zugriff am 11.05.2014. Verfügbar unter <http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/de/index/themen/01/06/blank/key/06.html>.

- Bundesamt für Statistik (2012). *Statistisches Jahrbuch der Schweiz 2011*. Zürich: Neue Zürcher Zeitung.
- Burleson, B. R. (2003). The experience and effects of emotional support: What the study of cultural and gender differences can tell us about close relationships, emotion, and interpersonal communication. *Personal Relationships*, 10, 1-23.
- Butler, M. H., Harper, J. M. & Mitchell, C. B. (2011). A comparison of attachment outcomes in enactment-based versus therapist-centered therapy process modalities in couple therapy. *Family Process*, 50, 203-220.
- Cassidy, J. & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relationship with other defensive processes. In J. Belsky & T. Nezworski (Eds.), *Clinical Implication of Attachment* (pp. 300-323). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Campos, B., Schetter, C. D., Abdou, C. M., Hobel, C. J., Glynn, L. M. & Sandman, C. A. (2008). Familialism, social support, and stress: Positive implications for pregnant Latinas. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 14, 155-162. doi: 10.1037/1099-9809.14.2.155.
- Chang, E. C., Tugade, M. M. & Asawaka, K. (2006). Stress and coping among Asian Americans: Lazarus and Folkman's model and beyond. In P. T. P. Wong & L. C. J. Wong (Eds.), *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* (pp. 439-455). New York, NY: Springer.
- Chen, Y.-H. (2006). Coping with suffering: The Buddhist Perspective. In P. T. P. Wong & L. C. J. Wong (Eds.), *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* (pp. 73-89). New York, NY: Springer.
- Chun, C., Moos, R. H. & Cronkite, R. C. (2006). Culture: A fundamental contest for the stress and coping paradigm. In P. T. P. Wong & L. C. J. Wong (Eds.), *Handbook of Multicultural Perspectives on Stress and Coping* (pp. 29-53). New York, NY: Springer.
- Coyne, J. C. & Smith, D. A. F. (1991). Couples coping with a myocardial infarction: A contextual perspective on wives' distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 404-412.
- Coyne, J. C. & Smith, D. A. F. (1994). Couples coping with myocardial infarction: Contextual perspective on patient self-efficacy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 8, 43-54.
- Cross, S. E., Bacon, P. L. & Morris, M. L. (2000). The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 791-808.
- Crowell, J. A. & Owens, G. (1998). *Manual for the Current Relationship Interview and Scoring System*. State University of New York at Stony Brook.
- Crowell, J. A., Treboux, D., Gao, Y., Fyffe, C., Pan, H. & Waters, E. (2002). Assessing secure base behavior in adulthood: Development of a measure links to adult attachment representations, and

- relations to couples' communication and reports of Relationships. *Developmental Psychology*, 38, 679-693.
- Cummings, E. M. & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children. An emotional security perspective*. New York: The Guilford Press.
- Cunningham, M. R. & Barbee, A. P. (2000). Social support. In C. Hendricks & S. Hendricks (Eds.), *Close relationships: A sourcebook* (pp. 273-285). Thousand Oaks, CA: Sage Publication.
- Cutrona, C. E. (1996). *Social Support in couples: Marriage as a resource in time of stress*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Cutrona, C. E. & Gardner, K. A. (2006). Stress in couples: The process of dyadic coping. In A. L. Vangelisti & D. Perlman (Eds.), *The Cambridge handbook of personal relationships* (pp. 501-516). Cambridge, UK: University Press.
- Daftari, S. (2000). *Fremde Wirklichkeiten: Verstehen und Missverstehen im Fokus bikultureller Partnerschaften*. Münster: LIT Verlag.
- Davies, M. F. (1996). EPQ correlates of love styles. *Personality and Individual Differences*, 20, 251-259.
- DeLongis, A. & O'Brien, T. (1990). An interpersonal framework for stress and coping: An application to the families of Alzheimer's patients. In M. A. P. Stephens, J. H. Crowther, S. E. Hobfoll & D. L. Tennenbaum (Eds.), *Stress and coping in later-life families* (pp. 221-240). New York: Hemisphere.
- Dinkel, A. (2006). *Der Einfluss von Bindungsstil und dyadischem Coping auf die partnerschaftliche Beziehungsqualität. Eine Analyse moderierter Mediationseffekte*. Unveröffentlichte Dissertation, Technische Universität Dresden.
- Zugriff am 21.01.2012 <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:swb:14-1165408270585-07625>.
- Donato, S., Iafrate, R., Barni, D., Bertoni, A. M. M., Bodenmann, G. & Gagliardi, S. (2009). Measuring dyadic coping: The factorial structure of Bodenmann's Dyadic Coping Questionnaire in an Italian sample, *TPM. Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology*, 16, 25-47.
- Doss, B. D., Carhart, K., Hsueh A. C. & Rahbar, K. P. (2010). Serving rather than recruiting couples: Thoughts on the delivery of current and future couple interventions. In K. Hahlweg, M. Grawe-Gerber & D. H. Baucom (Eds.), *Enhancing couples: The shape of couple therapy to come* (pp. 201-215). Göttingen, Germany: Hogrefe.

- Egger, I. (2010). Grenzenlose Liebe: Bikulturelle Paare und ihre Identitätskonflikte. In A. Brandl-Nebhay & J. Hinsch (Hrsg.), *Paartherapie und Identität. Denksätze für die Praxis*. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.
- Epstein, N. B., & Baucom, D. H. (2006). *Enhanced cognitive-behavioral therapy for couples* (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Falconier, M. K., Nussbeck, F. & Bodenmann, G. (2013a). Dyadic coping in Latino couples: Validity of the Spanish version of the Dyadic Coping Inventory. *Anxiety, Stress, & Coping: An International Journal*, 26, 447-466. doi: 10.1080/10615806.2012.699045.
- Falconier, M. K., Nussbeck, F. & Bodenmann, G. (2013b). Immigration stress and relationship satisfaction in latino couples: The role of dyadic coping. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32, 813-843.
- Falconier, M. K., Nussbeck, F., Bodenmann, G., Schneider, H. & Bradbury, T. (2014). Stress from daily hassles in couples: Its effects on intradyadic stress, relationship satisfaction, and physical and psychological well-being. *Journal of Marital and Family Therapy*. doi: 10.1111/jmft.12073.
- Falkner, A. (2005). Binationale Familien in Deutschland – Chance für eine Gesellschaft auf dem Weg zur Multikulturalität. In U. Fuhrer & H.-H. Uslucan (Hrsg.), *Familie, Akkulturation und Erziehung. Migration zwischen Eigen- und Fremdkultur* (S. 172-186). Stuttgart: Kohlhammer.
- Fiske, A. P., Kitayama, S., Markus, H. R. & Nisbett, R. E. (1998). The cultural matrix of social psychology. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske & G. Lindzey (Eds.), *The Handbook of Social Psychology*, Vol. 2 (pp. 915-981). New York: McGraw-Hill.
- Flammer, A. (2003). *Entwicklungstheorien. Psychologische Theorien der menschlichen Entwicklung*. 3., korrigierte Auflage. Bern: Verlag Hans Huber.
- Förster, V. (2009). *Dyadisches Coping und Zwangsstörungen: Belastungsbewältigung in Paarbeziehungen Zwangserkrankter*. Saarbrücken: VDM Verlag.
- Fraley, R. C. & Waller, N. G. (1998). Adult Attachment Patterns: A Test of the Typological Model. In J. A. Simpson and W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 77-114). New York: Guilford.
- Fricker, J. & Moore, S. (2002). Relationship satisfaction: The role of love styles and attachment styles. *Current Research in Social Psychology*, 7, 182-204.
- Galinha, I. C., Oishi, S., Pereira, C. R., Wirtz, D. & Esteves, F. (2013). Adult attachment, love styles, relationship experiences and subjective well-being: Cross-cultural and gender comparison between Americans, Portuguese, and Mozambicans. *Social Indicators Research*. doi: 10.1007/s11205-013-0512-7.

- Gana, K., Saada, Y. & Untas, A. (2013). Effects of love styles on marital satisfaction in heterosexual couples: A dyadic approach. *Marriage & Family Review*, 49, 754-772. doi: 10.1080/01494929.2013.834025.
- Genkova, P. (2013). Kulturvergleichende Psychologie: Gegenstand, theoretische Konzepte und Perspektiven. In P. Genkova, T. Ringeisen & F. T. L. Leong (Hrsg.), *Handbuch Stress und Kultur. Interkulturelle und kulturvergleichende Perspektive* (S. 19-40). Wiesbaden: Springer.
- Gmelch, S. & Bodenmann, G. (2007). Dyadisches Coping in Selbst- und Fremdwahrnehmung als Prädiktoren für Partnerschaftsqualität und Befinden. *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 15, 177-186.
- Gross, L. (1944). A belief pattern scale for measuring attitudes toward romanticism. *American Sociological Review*, 24, 463-472.
- Grossmann, K. & Grossmann, K. E. (2012). *Bindungen – das Gefüge psychischer Sicherheit*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Grundmann, M., Fuss, D. & Suckow, J. (2000). Sozialökologische Sozialisationsforschung: Entwicklung, Gegenstand und Anwendungsbereiche. In M. Grundmann & K. Lüscher (Hrsg.), *Sozialökologische Sozialisationsforschung. Ein anwendungsorientiertes Lehr- und Studienbuch* (S. 17-76). Konstanz: UVK.
- Grundmann, M. & Kunze, I. (2008). Urie Bronfenbrenners Ökologie der menschlichen Entwicklung und die Modellierung mikrosozialer Raumgestaltung. In: F. Kessl & C. Reutlinger (Hrsg.), *Schlüsselwerke der Sozialraumforschung. Traditionslinien in Text und Kontexten* (S. 172-188). Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Häcker, H. & Stapf, K. H. (1998). *Dorsch Psychologisches Wörterbuch*. Bern: Hans Huber.
- Hahlweg, K. & Bodenmann, G. (2003). Universelle und indizierte Prävention von Beziehungsstörungen. In H. W. Bierhoff & I. Grau (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 191-220). Berlin: Springer.
- Hawkins, D. A. & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on wellbeing. *Social Forces*, 84, 445-465.
- Hazan, C. und Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Heaven, P. C. L., Da Silva, T., Carey, C. & Holen, J. (2004). Loving styles: Relationships with personality and attachment styles. *European Journal of Personality*, 18, 103-113.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 392-402.

- Hendrick, C. & Hendrick, S. (2006). Styles of romantic love. In R. J. Sternberg, & K. Weis (Eds.), *The New Psychology of Love* (pp.149-170). New Haven: Yale University Press.
- Hendrick, S. & Hendrick, C. (1992). *Romantic love*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Herzberg, P. Y. (2013). Coping in relationships: The interplay between individual and dyadic coping and their effects on relationship satisfaction. *Anxiety, Stress & Coping: An International Journal*, 26, 136-153. doi: 10.1080/10615806.2012.655726.
- Hobfoll, S. E. (1998). *Stress, Culture and Community. The Psychology and Philosophy of Stress*. New York: Plenum.
- Hobfoll, S. E. (2002). Alone together: Comparing communal versus individualistic resiliency. In E. Frydenberg (Ed.), *Beyond Coping: Meeting Goals, Visions and Challenges* (pp. 63-81). Oxford: Oxford University Press.
- Hofstede, G. (1980). *Culture's consequences: International differences in work-related values*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Hsu, J. (2001). Marital therapy for intercultural couples. In W.-S. Tseng & J. Streltzer (Eds.), *Culture and psychotherapy: A guide to clinical practice* (pp. 225-242). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Jonason, P. K. & Kavanagh, P. (2010). The dark side of love: Love styles and the Dark Triad. *Personality and Individual Differences*, 49, 606-610. doi: 10.1016/j.paid.2010.05.030.
- Kalmijn, M., De Graaf, P. M. & Janseen, J. P. G. (2005). Intermarriage and the risk of divorce in the Netherlands: The effects of differences in religion and in nationality, 1974-94. *Population Studies*, 59, 71-85. doi: 10.1080/0032472052000332719.
- Kalmijn, M., De Graaf, P. M. & Poortman, A. R. (2004). Interactions between cultural and economic determinants of divorce in the Netherlands. *Journal of Marriage and Family*, 66, 75-89.
- Kayser, K., Sormanti, M. & Strainchamps, E. (1999). Women coping with cancer: The influence of relationship factors on psychosocial adjustment. *Psychology of Women Quarterly*, 23, 725-739.
- Kim, H. S., Sherman, D. K. & Taylor, S. (2008). Culture and social support. *American Psychologist*, 63, 518-526.
- Kirchmann, H., Fenner, A. & Strauss, B. (2007). Konvergenz des Erwachsenen-Bindungsprototypen-Ratings (EBPR) mit verschiedenen Selbstbeschreibungsinstrumenten zur Erfassung von Bindungsmerkmalen. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 57, 334-342.
- Kitayama, S. & Cohen, D. (Eds.) (2007). *Handbook of Cultural Psychology*. New York: Guilford.

- Kitayama, S. & Uchida, Y. (2005). Interdependent agency: An alternative system for action. In R. M. Sorrentino, D. Cohen, J. M. Olson & M. P. Zanna (Eds.), *Cultural and social behavior: The Ontario Symposium* (Vol. 10, pp. 137-164). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Kramer, U., Ceschi, G., Van der Linden, M. & Bodenmann, G. (2005). Individual and Dyadic Coping Strategies in the Aftermath of a Traumatic Experience. *Swiss Journal of Psychology*, 64, 241-248.
- Kuo B. C. H. (2011). Culture's consequences on coping: Theories, evidences, and dimensionalities. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 42, 1084-1100. doi: 10.1177/0022022110381126.
- Landis, M., Peter-Wight, M., Martin, M. & Bodenmann, G. (2013). Dyadic coping and marital satisfaction of older spouses in long-term marriage. *The Journal of Gerontopsychology and Geriatric Psychiatry*, 26, 39-47. doi: 10.1024/1662-9647/a000077.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Lazarus, R. S. & Launier, R. (1981). Stressbezogene Transaktionen zwischen Person und Umwelt. In J.R. Nitsch: *Stress. Theorien, Untersuchungen, Massnahmen* (S. 213-260). Bern: Huber.
- Ledermann, T., Bodenmann, G. & Cina, A. (2007). The efficacy of the couples coping enhancement training (CCET) in improving relationship quality. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26, 940-959.
- Ledermann, T., Bodenmann, G., Gagliardi, S., Charvoz, L., Rossier, J., Bertoni, A., & Iafrate, R. (2010). Psychometrics of the Dyadic Coping Inventory (DCI) in three Language Groups. *Swiss Journal of Psychology*, 12, 201-212.
- Lee, J. A. (1973). *Colors of love: an exploration of the ways of loving*. Toronto: New Press.
- Lee, J. A. (1977). A typology of styles of loving. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 3, 173-182.
- Lee, J. A. (1988). Love-Styles. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 38-67). New Haven: Yale Press University.
- Lenz, K. (2006). *Soziologie der Zweierbeziehung. Eine Einführung*. 3. überarbeitete Auflage. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Lima Curvello, T. (2008). Psychologische Beratung mit bikulturellen Paaren und Familien. In Verband binationaler Familien und Partnerschaften iaf e.V. (Hrsg.), *Die Balance finden*. Frankfurt am Main: Brandes & Apsel Verlag.
- Lima Curvello, T. & Merbach, M. (2012). *Psychologische Beratung bikultureller Paare und Familien. Anforderungen, Kompetenzen, Methoden*. Frankfurt am Main: Brandes & Apsel Verlag.

- Main, M. (2011). Desorganisation im Bindungsverhalten. In G. Spangler & P. Zimmermann (Hrsg.) (2011), *Die Bindungstheorie. Grundlagen, Forschung und Anwendung*. (S. 120-139). Stuttgart: Klett Cotta.
- Main, M. (2012). Aktuelle Studien zur Bindung. In G. Gloger-Tippelt (Hrsg.), *Bindung im Erwachsenenalter. Ein Handbuch für Forschung und Praxis*. 2., überarbeitete und ergänzte Auflage (S. 17-64). Bern: Verlag Hans Huber.
- Main, M., Kaplan, N. & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), *Growing points of attachment theory and research. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50, 66-104.
- Main, M. & Solomon, J. (1986). Discovery of a new, insecure disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton & M. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95-124). New Jersey: Norwood.
- Markus, H. R. & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Meier, C., Bodenmann, G., Mörgeli, H. & Jenewein, J. (2011). Dyadic coping, quality of life, and psychological distress among chronic obstructive pulmonary disease patients and their partners. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 6, 583-595. doi: 10.2147/COPD.S24508.
- Meuwly, N., Bodenmann, G., Germann, J., Bradbury, T. N., Ditzen, B. & Heinrichs, M. (2012). Dyadic coping, insecure attachment, and cortisol stress recovery following experimentally induced stress. *Journal of Family Psychology*, 26, 937-947. doi: 10.1037/a0030356.
- Mikulincer, M. & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.). *Advances in Experimental Social Psychology* (pp. 53-152). San Diego, CA: Elsevier Academic Press.
- Monin, J. & Clark, M. (2011). Why do men benefit more from marriage than do women? Thinking more broadly about interpersonal processes that occur within and outside marriage. *Sex Roles*, 65, 320-326. doi 10.1007/s11199-011-0008-3.
- Nauck, B. (2009). Binationale Paare. In K. Lenz & F. Netsmann (Hrsg.), *Handbuch persönliche Beziehungen* (S. 695-712). Weinheim und München: Juventa Verlag.
- Neto, F. (2007). Love styles: A cross-cultural study of British, Indian, and Portuguese college students. *Journal of Comparative Family Studies*, 38, 239-254.

- Neumann, E. & Bierhoff, H. W. (2004). Ichbezogenheit versus Liebe in Paarbeziehungen. Narzissmus im Zusammenhang mit Bindung und Liebesstilen. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 35, 33-44.
- Neumann, E., Rohmann, E. & Bierhoff, H.-W. (2007). Entwicklung und Validierung von Skalen zur Erfassung von Vermeidung und Angst in Partnerschaften. Der Bochumer Bindungsfragebogen (BoBi). *Diagnostica*, 53, 33-47.
- Noh, S., Beiser, M., Kaspar, V., Hou, F. & Rummens, J. (1999). Perceived racial discrimination, depression, and coping: A Study of Southeast Asian Refugees in Canada. *Journal of Health and Social Behavior*, 40, 193-207.
- Oetker-Funk, R. & Maurer, A. (2009). *Interkulturelle Psychologische Beratung. Entwicklung eines migrantensensiblen Konzeptes*. Norderstedt: Books on Demand.
- Papp, L. M. & Witt, N. L. (2010). Romantic partners' individual coping strategies and dyadic coping: Implications for relationship functioning. *Journal of Family Psychology*, 24, 551-559. doi:10.1037/a0020836.
- Petrowski, K., Schmidt, S., Stöbel-Richter, Y., Strauss, B. & Brähler, E. (2012). Bindungsbezogene Selbsteinschätzung und Wohlbefinden im Alter. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 62, 284-287.
- Pihet, S., Bodenmann, G., Cina, A., Widmer, K. & Shantinath, S. (2007). Can prevention of marital distress improve well-being? Results of a 1-year longitudinal study. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 79-88. doi: 10.1002/cpp.522.
- Pines, A. M. & Zaidman, N. (2003). Gender, culture, and social support: A male-female, Israeli Jewish-Arab comparison. *Sex Roles*, 49, 571-586.
- Randall, A. K. & Bodenmann, G. (2009). The role of stress on close relationships and marital satisfaction. *Clinical Psychology Review*, 29, 105-115. doi:10.1016/j.cpr.2008.10.004.
- Rauh, H. (1998). Frühe Kindheit. In R. Oerter & L. Montada (Hrsg.): *Entwicklungspsychologie. Ein Lehrbuch* (S. 167-248). Weinheim: Psychologie Verlag Union.
- Ringeisen, T. (2013). Stressbewältigung im Kulturvergleich. In P. Genkova, T. Ringeisen & F. T. L. Leong (Hrsg.), *Handbuch Stress und Kultur. Interkulturelle und kulturvergleichende Perspektive* (S. 255-278). Wiesbaden: Springer.
- Roisman, G. I., Collins, W. A., Sroufe, L. A. & Egeland, B. (2005). Predictors of young adults' representations of and behavior in their current romantic relationship: Prospective tests of the prototype hypothesis. *Attachment & Human Development*, 7, 105-121. doi: 10.1080/14616730500134928.

- Roisman, G. I., Holland, A., Fortuna, K., Fraley, R. C., Clausell, E. & Clarke, A. (2007). The Adult Attachment Interview and Self-Reports of Attachment Style: An Empirical Rapprochement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 678 – 697. doi: 10.1037/0022-3514.92.4.678.
- Rubin, Z. (1970). Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16, 265-273.
- Ruvolo, A. P., Fabian, L. A. & Ruvolo, C. M. (2001). Relationship experiences and change in attachment characteristics of young adults: The role of relationship breakups and conflict avoidance. *Personal Relationships*, 8, 265-281.
- Salvatore, J. E., Kuo S. I-C., Steele, R. D., Simpson, J. A. & Collins, W. A. (2011). Recovering from conflict in romantic relationships: A developmental perspective. *Psychological Science*, 22, 376-383. doi: 10.1177/0956797610397055.
- Schär, M., Bodenmann, G. & Klink, T. (2008). Balancing work and relationship: Couples Coping Enhancement Training (CCET) in the workplace. *Applied Psychology*, 57, 71-89.
- Schär, M., Hilpert, P. & Bodenmann, G. (2013). Soziale Unterstützung in Partnerschaft und Familie im Kulturvergleich. In P. Genkova, T. Ringeisen & F. T. L. Leong (Hrsg.), *Handbuch Stress und Kultur. Interkulturelle und kulturvergleichende Perspektive* (S. 279-291). Wiesbaden: Springer.
- Schmidt, S., Strauss, B., Höger, D. & Brähler, E. (2004). Die Adult Attachment Scale (ASS) – Teststatistische Prüfung und Normierung der deutschen Version. *Psychotherapie, Psychosomatik, Medizinische Psychologie*, 54, 375-382.
- Sedikides, C. & Brewer, M. B. (2001). *Individual Self, Relational Self, Collective Self*. Philadelphia, PA: Psychology Press.
- Seedal, R. B. & Wampler, K. S. (2013). An attachment primer for couple therapists: Research and clinical implications. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39, 427-440. doi: 10.1111/jmft.12024.
- Shaver, P. R. & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4, 133-161. doi: 10.1080/14616730210154171.
- Simpson, J. A., Collins, W. A., Tran, S. & Haydon, K. C. (2007). Attachment and the experience and expression of emotions in romantic relationships: A developmental perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 355-367. doi: 10.1037/0022-3514.92.2.355.
- Singer, M. (2012). *Liebesstile und Persönlichkeitsvariablen - Ein Kulturvergleich junger Erwachsener in Österreich und Australien*. Unveröff. Diplomarbeit, Universität Wien.

- Sinha, B. K. & Watson, D. C. (2007). Stress, coping and psychological illness: A cross-cultural study. *International Journal of Stress Management*, 14, 386–397. doi: 10.1037/1072-5245.14.4.386.
- Sprecher, S. & Toro-Morn, M. (2002). A study of men and women from different sides of earth to determine if men are from Mars and women are from Venus in their beliefs about love and romantic relationships. *Sex Roles*, 46, 131-147.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Sternberg, R. J. & Weis, K. (2006). *The New Psychology of Love*. New Haven: Yale University Press.
- Story, L. B., & Bradbury, T. N. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review*, 23, 1139-1162.
- Sydow, K. v. (2012). Forschungsmethoden zur Erhebung von Partnerschaftsbindung. In G. Gloger-Tippelt (Hrsg.), *Bindung im Erwachsenenalter. Ein Handbuch für Forschung und Praxis*. 2., überarbeitete und ergänzte Auflage (S. 287-317). Bern: Verlag Hans Huber.
- Sydow, K. v. & Ullmeyer, M. (2001). Paarbeziehung und Bindung. Eine Meta-Inhaltsanalyse von 63 Studien, publiziert zwischen 1987 und 1997. *Psychotherapie Psychosomatik Medizinische Psychologie*, 51, T1-T15. doi: 10.1055/s-2001-12384.
- Tabatabai, M. (2011). *Ressourcen und Konfliktpotenziale in binationalen Partnerschaften. Eine Studie zu deutsch-iranischen Paarbeziehungen im Kontext der Positiven Psychotherapie*. Marburg: Tectum Verlag.
- Taylor, P., Rietzschel, J., Danquah, A. & Berry, K. (2014). Changes in attachment representations during psychological therapy. *Psychotherapy Research*, doi: 10.1080/10503307.2014.886791.
- Taylor, S. E., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K. & Dunagan, M. S. (2004). Culture and social support: Who seeks it and why? *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 354-362. doi: 10.1037/0022-3514.87.3.354.
- Taylor, S. E., Welch, W. T., Kim, H. S. & Sherman, D. K. (2007). Cultural differences in the impact of social support on psychological and biological stress responses. *Psychological Science*, 18, 831-837. doi: 10.1111/j.1467-9280.2007.01987.x.
- Triandis, H. C. (1995). *Individualism and collectivism. New directions in social psychology*. Boulder, CO: Westview Press.
- Triandis, H. C., Marin, G., Lisansky, J. & Betancourt, H. (1984). Simpatía as a cultural script of Hispanics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 1363-1375.

- Vedes, A., Nussbeck, F. W., Bodenmann, G., Lind, W. & Ferreira, A. (2013). Psychometric properties and validity of the Dyadic Coping Inventory in Portuguese. *Swiss Journal of Psychology*, 72, 149-157. doi 10.1024/1421-0185/a000108.
- Waldis, B. & Ossipow, L. (2003). Binationale Paare und multikulturelle Gesellschaften. In H.-R. Wicker, R. Fibbi & W. Haug (Hrsg.), *Migration und die Schweiz. Ergebnisse des Nationalen Forschungsprogramm „Migration und interkulturelle Beziehungen“* (S. 390-420). Zürich: Seismo Verlag.
- Walen, H. R. & Lachman, M. E. (2000). Social support and strain from partner, family, and friends: Costs and benefits from men and women in adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17, 5-30. doi: 10.1177/0265407500171001.
- Waller, N. G. & Shaver, P. R. (1994). The importance of nongenetic influences on romantic love styles: A twin-family study. *Psychological Science*, 5, 268-274.
- Whisman, M. A. (1999). Marital dissatisfaction and psychiatric disorders: Results from the national comorbidity survey. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 701-706.
- Wiese, B. S., Freund, A. M. & Baltes, P. B. (2000). Selection, optimization and compensation: An action-related approach to work and partnership. *Journal of Vocational Behavior*, 57, 273-300.
- Zimmermann, T. (2011). «Seite an Seite»: Ein Fallbericht über partnerschaftliche Unterstützung im Rahmen einer Brustkrebserkrankung. *Verhaltenstherapie*, 21, 171-177. doi: 10.1159/000330465.

Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1:	Das stresstheoretische Scheidungsmodell nach Bodenmann (2013, S. 181)	4
Abbildung 2:	Interaktion zwischen Stressäusserung eines Partners und dyadischem Coping des anderen	6
Abbildung 3:	Formen der Stressbewältigung in der Partnerschaft (nach Bodenmann, 2000a, S. 55):.....	7
Abbildung 4:	Funktionen und Effekte des dyadischen Copings (nach Bodenmann, 2000a, S. 81)... ..	11
Abbildung 5:	Verschachtelte Systeme als Entwicklungskontexte (Flammer, 2003, S. 205)	14
Abbildung 6:	Dyadisches Coping im ökologischen Kontext (eigene Darstellung).....	15
Abbildung 7:	Das Informationsverarbeitungsmodell für Bindungsverhalten von Mikulincer und Shaver (2003) (deutsche Version von Asendorpf & Neyer, 2012, S.250).....	25
Abbildung 8:	Form des Dreiecks als Funktion der Art der Liebe (nach Sternberg, 1986, S. 128; übersetzt durch die Verfasserin).....	30
Abbildung 9:	Farbkreis für die sechs Liebesstile (Singer, 2012, S. 19, nach Lee 1973), primäre Liebesstile sind blau, gelb und rot gehalten, sekundäre in violett, grün und orange.	32
Abbildung 10:	Zusammenhang zwischen Umwelt, Kultur und Verhalten (nach Berry et al., 2011; Genkova, 2013,.....	60
Abbildung 11:	Ehen in der Schweiz 2011, Total 42'083 (Bundesamt für Statistik, 2012)	61
Abbildung 12:	2011 geschlossene Ehen zwischen Schweizer Frauen und ausländischen Männern (Bundesamt für Statistik, 2012)	62
Abbildung 13:	2011 geschlossene Ehen zwischen Schweizer Männern und ausländischen Frauen (Bundesamt für Statistik, 2012)	63
Abbildung 14:	Darstellung der drei empirischen Studien im ökologischen Kontext (eigene Darstellung).....	69

Tabellenverzeichnis

Tabelle 1:	Formen des supportiven dyadischen Copings (aus Bodenmann, 2000a).....	8
Tabelle 2:	Formen des gemeinsamen dyadischen Copings (aus Bodenmann, 2000a)	9
Tabelle 3:	Die acht Formen der Liebe (nach Sternberg 1986, S. 123; übersetzt durch die Verfasserin).....	31
Tabelle 4:	Typologie ethnisch-nationaler Paarbeziehungen (Nauck, 2009, S. 696).....	61

Anhang**Curriculum vitae****Persönliche Daten**

Gagliardi Simona

Geburtsdatum: 27.09.1981

Heimatort: Selzach/SO

Beruflicher Werdegang*Aus- und Weiterbildung:*

1996 – 2000 Gymnasium in Mendrisio, Abschluss: Maturität Typus C

2000 – 2006 Universität in Fribourg, Abschluss mit dem Lizentiat im November 2006
Hauptfach: Klinische Psychologie, 1. Nebenfach: Allgemeine Psychologie
2. Nebenfach: Pädagogik und pädagogische Psychologie, Zusätzliches Nebenfach:
Psychopathologie an der Universität Bern, Abschluss im September 2007

2006 – 2007 Fortbildung zur Paarlife-Stresspräventionstrainerin an der Universität Fribourg

2007 – 2008 Fortbildung in verhaltenstherapeutischer Paarberatung am Institut für
Familienforschung und -beratung der Universität Fribourg bei Prof. Dr. Guy
Bodenmann

2008 – 2013 Weiterbildung in Verhaltenstherapie mit Schwerpunkt Kinder und Jugendliche an
den Universitäten Fribourg und Zürich, Abschluss im Juli 2013

Berufstätigkeit

2006 – 2008 Forschungsassistentin am Institut für Familienforschung und -beratung der
Universität Fribourg

2008 – 2009 Doktorandin an der Universität Zürich (Lehrstuhl für Klinische Psychologie mit
Schwerpunkt Kinder/Jugendliche und Paare/Familien)

2009 Durchführung von Paartherapien am Psychotherapeutischen Zentrum der Universität
Zürich

2009 – 2010 PG-Psychologin im Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst Zürich
(Regionalstelle Winterthur)

Seit 2010 Psychologin in den Kinder- und Jugendpsychiatrischen Diensten St. Gallen
(Regionalstelle Sargans)